NEW YORK TIMES BESTSELLER

Hiểu con để yêu thương đúng cách

Hãy để con bạn khôn lớn theo cách hạnh phúc nhất

TANITH CAREY

Ngô Thùy Linh *dịch*



1980 BOOKS

NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG

NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG

Địa chỉ: Số 175 Giảng Võ - Hà Nội

Điện thoại: 024 38515380; Fax: 024 38515381

Email: info@nxblaodong.com.vn

Website: www.nxblaodong.com.vn

Chi nhánh phía Nam

Số 85 Cách mạng Tháng Tám, Quận 1, Tp Hồ Chí Minh

ĐT: 028 38390970; Fax: 028 39257205

HIỂU CON ĐỂ YÊU THƯƠNG ĐÚNG CÁCH

Chịu trách nhiệm xuất bản

Giám đốc - Tổng biên tập

MAI THỊ THANH HẰNG

Biên tập: Tạ Thị Thu Hà

Vẽ bìa: 1980Books

Trình bày: Lam Hạ

Sửa bản in: Nguyễn Thị Xinh

In 2000 bản, khổ 13x20,5 cm tại Công ty Cổ phần In Khoa học Công nghệ mới. Địa chỉ: Số 181, Lạc Long Quân, Nghĩa Đô, Cầu Giấy, Hà Nội. Số xác nhận ĐKXB: 1500-2020/CXBIPH/09-76/LĐ. Quyết định xuất bản số 479/QĐNXBLĐ cấp ngày 19 tháng 05 năm 2020.

Mã ISBN: 978-604-9957-42-0.

In xong và nộp lưu chiểu Quý II năm 2020.

ĐỐI TÁC LIÊN KẾT:

CÔNG TY TNHH VĂN HÓA VÀ TRUYỀN THÔNG 1980 BOOKS

Trụ sở chính tại Hà Nội:

20-H2, ngõ 6 Trần Kim Xuyến, Yên Hòa, Cầu Giấy, Hà Nội.

Tel: 0243.7880225 / Fax: 0243.7880225

Chi nhánh tại TP. Hồ Chí Minh:

Số 58/79 Nguyễn Minh Hoàng, Phường 12, Quận Tân Bình, TP HCM

Tel: 0283.933.3216

Website/link đặt sách: www.1980edu.vn

Email: rights.1980books@gmail.com

MỤC LỤC

“Cuốn sách đem lại những kinh nghiệm quý báu giúp cha mẹ tìm hiểu được về mê cung quá trình trưởng thành của con cái trong xã hội hiện đại ngày nay, giúp cha mẹ biết cách khuyến khích con cái phát triển tốt nhất. Các phương thức trong sách rất thực tế và hiệu quả - bạn hãy đọc và chia sẻ cho các phụ huynh khác.”

Noël Janis-Norton, Giám đốc chương trình giảng dạy *“Calmer, Easier, Happier Parenting”*

“Được viết rất tinh tế dựa trên các nghiên cứu kỹ lưỡng, đây là cuốn sách rất hữu ích dành cho những bậc làm cha mẹ.”

Tiến sĩ Linda Papadopoulos, tác giả chương trình nghiên cứu*Home Office Review on the Sexualization of Girls*

GIỚI THIỆU

Khi cậu bé John vừa tròn bốn ngày tuổi, mẹ bé là cô Dana đã quyết định dạy bé đọc chữ.

Dana quyết tâm dạy con học chữ, dẫu biết rằng trẻ sơ sinh không thể tập trung vào bất cứ thứ gì xa quá tầm tay bé, chứ chưa nói tới khả năng nhận biết mặt chữ. Nhưng cô tin tưởng vào triết lý "càng sớm càng tốt", và cứ thế mỗi ngày, cô lại ngồi duyệt qua bộ 10 thẻ học với cậu con trai đầu lòng.

"Tôi chỉ cho John các từ, ví dụ như 'sữa', sau đó tôi cho bé bú và lại tiếp tục chỉ cho bé cử chỉ để bé miêu tả từ 'sữa'." Cô Dana, vốn là một doanh nhân

người Mỹ định cư ở Anh, chia sẻ: "Tôi làm như vậy mỗi sáng và tối. Đầu tiên, tôi làm như vậy để bé làm quen dần với phát âm của từ, và rồi bé sẽ có thể nhận biết được hình dáng của từ."

Sau đó Dana còn tiếp tục dạy John thiền và phân loại các loại cây theo tên khoa học: "Tất nhiên khi con vừa ra đời, tôi biết rằng con không thể nhận biết được chữ, nhưng con có thể nghe được âm thanh, vậy nên tôi nghĩ thử một chút cũng đâu có hại gì."

Khi John được chín tháng, Dana nói rằng John đã biết chỉ tay và sử dụng ngôn ngữ cử chỉ để thể hiện rằng: con nhận biết được khoảng 20 từ và cụm từ như con yêu mẹ, mũi, tai và giơ tay.

Chương trình mà Dana đã sử dụng, *Baby Can Read (Con Bạn Biết Đọc)* bị Hội Giám sát Người tiêu dùng chỉ trích vì gây ra kỳ vọng sai lệch cho các bậc cha mẹ. Sau bốn năm hoạt động, với 112 triệu đô la doanh thu trên toàn thế giới, công ty của cô hiện đã đóng cửa. Bởi một số chuyên gia chỉ ra rằng, có nhiều video trên Youtube đã chứng minh khi đưa ra các từ đơn giản, không chỉ các em bé chọn đúng tấm thẻ học, mà ngay cả những chú chó cũng có thể làm được như vậy.

Giống như tất cả các bà mẹ, Dana tin rằng cô đang làm những gì tốt nhất cho con. Cô không hề cảm thấy có chút day dứt nào. “Đây là xã hội mạnh được yếu thua, tôi muốn trang bị cho con mình

mọi thứ để vượt trội. Cứ chờ xem, khi đủ 18 tuổi, John sẽ vào học tại trường Yale hoặc Oxford.”

Trong cuộc chạy đua ngày càng khốc liệt vào những trường Đại học Oxbridge hay Ivy danh tiếng, có ý kiến cho rằng cô Dana đã chậm trễ khi đợi John sinh ra mới bắt đầu việc giáo dục. Chúng ta đang sống trong một xã hội mà những bà mẹ ăn kiêng chặt chẽ trước khi thụ thai nhằm giúp tăng cường tối đa năng lực bộ não của trẻ, và là nơi có những cặp vợ chồng thận trọng tính toán thời gian thụ thai chính xác, để sinh con sau ngày mùng Một tháng Chín – ngày khóa sổ các trường học[1].

[1] *Ở các nước Phương Tây, tuổi đi học*

của trẻ em được tính dựa theo ngày sinh nhật của trẻ tại thời điểm khóa sổ trường học. (ND)

Các bậc cha mẹ thông thái hiểu rằng đứa trẻ sinh vào mùa thu sẽ là đứa trẻ già dặn nhất trong lớp, và sẽ có khởi đầu thuận lợi với tỉ lệ đỗ vào trường Oxford hay Cambridge cao hơn tới 25%. Đó là lý do vì sao tháng Chín và tháng Mười luôn nằm trong nhóm ba tháng có tỉ lệ sinh cao nhất tại nước Anh và xứ Wales.

Ngay khi trứng được thụ tinh và vào làm tổ trong tử cung, các bà mẹ đã bắt đầu hành trình giáo dục con. Các bà mẹ đeo tai nghe âm thanh nổi để buộc đứa con đang nằm trong bụng mẹ - thậm chí còn chưa phát triển tai - trở thành thính giả

bất đắc dĩ của nhạc cổ điển. Khi vừa chào đời, trẻ mới bắt đầu những nhịp thở đầu tiên, cha mẹ đã tất bật quan tâm tới chỉ số Apgar[2]của con.

[2] *Chỉ số Apgar, được sử dụng từ năm 1952, là một phương pháp nhanh và tổng hợp để đánh giá tình trạng sức khỏe của trẻ sơ sinh. (ND)*

Hành trình giáo dục cứ thế được thực sự bắt đầu theo đúng kế hoạch đã được xây dựng trước đó: Dạy thẻ học cho con trước khi khả năng nhìn của con phát triển hoàn chỉnh, dạy ngôn ngữ ký hiệu của trẻ em trước khi con biết nói, và dạy bơi trước khi con biết đi.

Tất cả những điều này nghe thực sự thái

quá, nhưng khi phỏng vấn Dana cũng như những bà mẹ có cách dạy con giống cô, tôi đã hiểu ra động cơ nào đã thúc đẩy họ làm như thế. Nói cho cùng, tôi cũng giống như những bậc cha mẹ khác, những bậc cha mẹ đã phải đối mặt với nỗi lo không thể khiến cho con mình trở nên thông minh và xuất chúng nhất kể từ giây phút con được cắt dây rốn.

Từ cái nhìn của bà mẹ hai con, tôi sẽ bắt đầu khám phá những nguyên nhân và hệ quả của việc nuôi dạy con theo kiểu cha mẹ hổ. Cũng như các bậc cha mẹ khác, tôi cũng không chống lại được ý nghĩ nuôi con là một cuộc đua. Gần mười ba năm trước, trước khi con gái đầu của tôi chào đời, tôi đã vạch ra tương lai hoàn chỉnh cho con. Tôi tiếp nhận vai trò mới

của mình thận trọng hơn cả lúc chuẩn bị cho kỳ thi đại học. Đây là kỳ thi quan trọng nhất của tôi. Vì con gái, tôi không được phép thất bại. Nếu có bất cứ chương trình bồi dưỡng, đồ chơi hay sách nào có thể dùng để giúp con thông minh hơn, tôi đều thử chúng. Tôi đã chơi nhiều nhạc Mozart tới nỗi các dây thần kinh trong bộ não sơ sinh nhỏ xíu của con cũng muốn nổ bôm bốp. Tôi cũng sẵn sàng cho con bú tới tận lúc con đạt chỉ số IQ tối ưu.

Tôi kinh hãi nhớ lại tuổi thơ quá nhẹ nhàng của mình, và tự phàn nàn như thể việc tôi từng được tự do chơi đùa là một dạng bạo hành trẻ em. Mặc cho sự thật rằng, những kỷ niệm thơ ấu đẹp nhất của tôi là khi chạy nhảy và đá chân vào các

Chẳng mấy chốc, giá sách của tôi chất đầy những tựa sách như *Make Your Child Brilliant* (tạm dịch: *Khiến con bạn trở nên thông minh*) hay *Bring Out the Genius in Your Child*(tạm dịch: *Đánh thức thiên tài trong con bạn*). Vào ngày đầu tiên tại trường mẫu giáo Montessori, tôi ngẩng cao đầu hãnh diện bởi trong khi những đứa trẻ khác gây náo loạn, thì con gái tôi lại ngồi yên lặng và sắp xếp chính xác số lượng những chú lợn nhựa vào trong các vòng tròn đỏ thích hợp. Tôi ngây thơ tin rằng công sức mình bỏ ra đã được đền đáp.

Nhưng tất nhiên, cuộc chiến mới chỉ bắt đầu. Cuộc đua giáo dục này không chỉ gây ảnh hưởng cho tôi mà còn cho bất cứ bậc cha mẹ nào tôi gặp.

Sáu tháng sau, chúng tôi trở lại Anh sau hai năm sống ở Mỹ, nơi vợ chồng tôi công tác với vai trò phóng viên nước ngoài. Nhờ may mắn (hoặc có thể do cô thư ký trường học ngưỡng mộ vẻ quyến rũ của chồng tôi), chúng tôi đã đăng kí được một suất cho con gái học trường mầm non tư nổi tiếng, vốn đã bị quá tải ghi danh. Và tại đây, tôi nhận ra mình là một trong nhiều ông bố bà mẹ khác đang bị kẹt trong cuộc đua giáo dục điên cuồng. Lần đầu làm mẹ và vừa trở về từ nước ngoài, tôi không hề có chút hiểu biết gì về những phương pháp nuôi dạy con kiểu hiện đại.

Khi con gái tôi bốn tuổi, tôi đã nghĩ rằng bước tiếp theo mà tôi hướng tới sẽ là cho con vào học tiểu học tại trường nữ

sinh gần nhà. Nhưng giấc mộng của tôi tan vỡ khi trong buổi nói chuyện phụ huynh vào giữa kỳ một, một bà mẹ tiết lộ thông tin "Cứ bốn cháu gái sẽ cạnh tranh một suất vào trường?"

Hoảng hốt, tôi vội vàng cố bắt kịp câu chuyện. Thông tin đang được các bà mẹ trao đổi rất sôi nổi. Căng thẳng bao trùm mọi cuộc trò chuyện tại cổng trường, bởi tất cả chúng tôi đều có cùng một mục tiêu. Từng chút một, tôi đã tự đẩy mình vào bẫy nuôi dạy con theo kiểu thúc ép. Tôi bắt đầu dò la các đối thủ để cố cho con mình theo kịp. Những thông tin được các bà mẹ truyền tai nhau: "Cô có nghe tin bé Sarah (vừa tròn bốn tuổi) đã có thể viết nửa trang giấy A4?", "Cô có biết bé Yasmin (ba tuổi rưỡi) đã tự đọc

được một chương sách?” Bằng sự kiên trì cộng với việc ghi nhớ thông tin, tôi đã tìm được tên cô giáo dạy kèm giỏi nhất khu vực, và được biết cô ấy đã có danh sách học sinh chờ hai năm. Rõ ràng tôi vẫn chỉ là kẻ non kém trong cuộc chạy đua với các bà mẹ tên lửa khác.

Một ngày nọ, khi đón con gái ở nhà bạn về, trên đường tôi hỏi con những trò các con đã chơi. Con nêu một loạt các hoạt động như trốn tìm, đóng giả công chúa, nhảy bạt lò xo – và còn nói thêm: “Mẹ bạn Alexandra cho con một bài kiểm tra đánh vần.”

Tuy nhiên, trẻ con không phải những con khỉ cảnh được huấn luyện để biểu

diễn trong rạp xiếc. Muốn giành chiến thắng trong cuộc tranh tài nuôi dạy con, bạn cần có một đứa con sẵn sàng tham gia cuộc đua cùng bạn. Trong nhà tôi, mọi niềm vui và sự ổn định mà tôi từng dự định xây dựng đã bị dẹp bỏ. Thay vì để con gái năm tuổi tự chơi, thời gian rảnh của chúng tôi được dành cho chuỗi bài tập bất tận và các trò chơi giáo dục. Thậm chí cả khi nướng bánh tôi vẫn tranh thủ giảng dạy cho con về cân nặng và đo lường.

Mặc dù tôi và chồng tôi (Anthony) đều cố ý thức để giúp con gái tránh khỏi những kỳ vọng, nhưng con cũng sớm hiểu rằng: Cuộc sống là cuộc ganh đua bất tận. Là một đứa trẻ khiêm nhường bẩm sinh, không thích ganh đua và bị so

sánh với các bạn khác khi con làm bất cứ việc gì. Hồi chuông cảnh tỉnh đã vang lên vào năm thứ hai con học tại trường, sau khi tôi đã đảm bảo rằng con được giáo dục trong môi trường tốt nhất, thì con đã chiến thắng và giành được giải thưởng cuối năm.

Trong khi tôi đang vui mừng và vỗ tay reo hò từ cánh gà, con đã chạy ra khỏi phòng trong nước mắt và từ chối nhận phần thưởng là phiếu mua sách trị giá 10 bảng Anh do thầy hiệu trưởng trao tặng. Khi đã bình tĩnh, tất cả những gì con có thể nói là con ghét thấy chúng tôi cứ om sòm lên. Có thể diễn giải theo cách khác là con bé nổi giận vì chúng tôi coi thành công của con như của mình. Ngay từ nhỏ, con bé đã nhận ra rằng càng đạt

được nhiều thành công thì sẽ càng phải chịu nhiều áp lực để giữ vững nó.

Khi con gái tôi bảy tuổi, chúng tôi đã nhận thấy rõ hơn ảnh hưởng của bầu không khí ganh đua trong gia đình đối với sự tự tôn của con bé. Cũng bởi con bé nghĩ nó buộc phải giỏi trong mọi việc, nhưng lại không tìm thấy bất cứ lý do gì để cố gắng. Thậm chí, con bé còn cho rằng tôi là một phần của vấn đề, luôn nghĩ tôi sẽ đòi hỏi nhiều hơn. Trong đôi mắt trẻ thơ của con, thay vì việc nhìn nhận tôi như một người mẹ, con bắt đầu nhìn tôi như phần nhánh của hệ thống trường lớp quá tải. Con không còn muốn nhìn vào mắt tôi, và tính tình của nó trở nên căng thẳng và nóng nảy hơn. Ngay lập tức, tôi quyết định đổi hướng

và dừng nhấn ga. Dần dần chúng tôi cũng cải thiện được mối quan hệ. Với đứa con thứ hai của mình, do tôi đã học được bài học từ việc giáo dục đứa con đầu nên kết quả là con ít phải chịu stress hơn.

Là một nhà báo chuyên viết về vấn đề nuôi dạy trẻ, tôi hiểu rằng điều tương tự cũng đang xảy ra trong các gia đình khác, và trong vòng ba năm tiếp theo đó, tôi đã đi phỏng vấn các nhà giáo dục, các bậc phụ huynh, các nhà trị liệu tâm lý trẻ em cũng như các thanh thiếu niên đã trải qua hệ thống giáo dục đầy cạnh tranh này. Điều làm tôi chú ý nhất là mức độ tương đồng về khủng hoảng cảm xúc giữa cha mẹ và con cái.

Một trong những người tôi gặp là cựu giáo viên kiêm chuyên gia lập trình ngôn ngữ tư duy Jenny Foster, người đã sáng lập ra tổ chức có tên gọi "Giác quan tiềm ẩn" nhằm giúp đỡ những trẻ em bị tổn thương. Jenny là một trong số các chuyên gia tin rằng, thúc ép trẻ ở độ tuổi quá sớm sẽ khiến trẻ rơi vào tình trạng quá lo âu, điều đó ảnh hưởng đến khả năng học tập của trẻ bị ngừng lại – kết quả sẽ hoàn toàn trái ngược với mục tiêu phương pháp nuôi dạy con kiểu cha mẹ hổ hướng tới. Bệnh nhân nhỏ nhất mà bà đã phải chữa trị mới chỉ sáu tuổi.

Bà giải thích rằng: Việc bắt trẻ tập trung vào các mục tiêu học hành quá mức và hạn chế việc chơi đùa sẽ không giúp trẻ phát triển. Ngược lại, mọi thời điểm lịch

sử đều ghi nhận việc chơi là một phần không thể thiếu cho quá trình phát triển của trẻ. Và nhà trường cũng phải chịu rất nhiều áp lực từ trên xuống – áp lực từ chính phủ và bảng xếp hạng toàn cầu – thời gian dành cho các môn học đang bị coi là vấn đề thứ yếu, những trẻ không giỏi các môn chính như Toán và Tiếng Anh sẽ khó có cơ hội khẳng định mình.

Các trường học càng cố gắng cạnh tranh toàn cầu, thì trẻ em càng ít có cơ hội phát triển những kỹ năng, cũng như năng lực cảm xúc hay sự đồng cảm. Đồng thời, trẻ cũng có ít thời gian để tìm hiểu bản thân cũng như học cách giao tiếp với người xung quanh, điều đó sẽ dẫn đến những vấn đề gây ảnh hưởng đến hành vi và sức khỏe tâm thần của

trẻ.

Đó không chỉ là những đứa trẻ nhạy cảm, vốn không thích thú với những cuộc ganh đua. Mà chúng còn là những thiếu niên, lúc đầu tỏ ra hòa nhập tốt với chủ trương "được ăn cả ngã về không", phát triển xu hướng cầu toàn, luôn tin rằng giá trị bản thân của các em được đánh giá hoàn toàn dựa vào điểm số, vì vậy chúng dành hết thời gian vật lộn để cố giữ ngôi đầu lớp.

Đây là thời đại tốt nhất và cũng là tệ nhất cho con cái chúng ta. Bi kịch của việc đầu tư quá mức là chúng ta không tạo ra một thế hệ những đứa trẻ thông minh, thành đạt hay thiên tài hơn. Thay vào đó, chúng ta đang tạo ra một thế hệ

lo âu nhất từng có.

Ba mươi năm trước, thật nực cười nếu ai đó nói rằng một đứa trẻ sống trong gia đình khá giả có thể bị căng thẳng tới mức mắc chứng rối loạn âu lo. Nhưng giờ đây, các chuyên gia đưa ra báo cáo về số lượng trẻ em bị trầm cảm ngay từ bậc tiểu học đang có chiều hướng tăng chóng mặt.

Qua thời gian, những ưu tiên dành cho trẻ cũng dần thay đổi. Cha mẹ dành nhiều thời gian hơn để yêu thương con, luôn tạo mọi điều kiện để con có cuộc sống tốt nhất. Với sự phát triển của khoa học, cạnh tranh toàn cầu, marketing và những lo âu thường trực khiến chúng ta tin rằng chúng ta phải giúp con phát

triển cao hơn. Nỗi lo sợ cho tương lai của con đã đè nặng lên những quyết định của cha mẹ.

Dần dần, trẻ con không được phép tự do vui chơi và khám phá như chúng đã làm hàng nghìn năm nay nữa. Thay vào đó, chúng được lập trình để phát triển bộ não tốt nhất. Một đứa trẻ với mức học trung bình không còn được chấp nhận được nữa. Giờ đây, chúng phải trở nên tối ưu. Chúng ta bị ám ảnh bởi ý nghĩ phải chứng minh giá trị bản thân thông qua con cái, chúng ta quên đi thực tế rằng chính sự âu lo và căng thẳng của ta là kẻ thù lớn nhất cho việc nuôi dạy con tốt, và rằng sự âu lo và căng thẳng của con là vật cảm lớn nhất để chúng phát triển.

Từ khi trẻ còn quấn tã đã trở thành đối tượng của các chương trình học, và bị đánh giá về khả năng phát triển bản thân, khả năng số học hay khả năng giao tiếp tại trường mầm non trước khi trẻ chính thức vào lớp Một. Bởi theo Chính phủ, điều này sẽ dễ giúp chúng tìm được công việc trong tương lai hơn. Thay vì đứng sau và chỉ dẫn con đi đúng đường, chúng ta chen ngang và cố kéo con tới vạch đích nào đó mà chính ta cũng không nhìn thấy.

Chúng ta luôn cho rằng thời đại của các con đã thay đổi, vì thế cách nuôi dạy con cũng phải thay đổi theo. Những lo lắng cho tương lai khiến chúng ta thay vì chấp nhận con mình như vốn có, giờ đây lại liên tục thúc ép để con thành công

trong mọi lĩnh vực. Trong quá khứ, mục đích của cha mẹ là nuôi dạy nên một đứa trẻ bình thường. Nhưng giờ đây, bình thường đã bị coi là tầm thường.

Vài năm trở lại đây, việc con có ưu thế ở một hoặc hai lĩnh vực đã không còn là đủ. Một đứa trẻ được coi là thành công sẽ phải giỏi cả học hành, thể thao và âm nhạc. Để chuẩn bị cho trẻ trước những chương trình +11, A-levels hay O-levels[3], những bài kiểm tra thông thường tại lớp không còn là đủ nữa, giờ đây điểm số của trẻ được đánh giá bằng các bài thi SATs quốc gia bất cứ khi nào có thể.

[3] *Là những kỳ thi tốt nghiệp tại Anh, điểm số càng cao thì học sinh càng có*

cơ hội vào các trường đại học theo nguyện vọng.

Khoảng cách giữa các kỳ kiểm tra ngày càng ngắn, khi điểm số trở thành mục tiêu chủ đạo. Giờ đây, ngay khi trẻ vừa rời phòng thi Chứng chỉ Trung học quốc gia (GCSE), đã phải nhanh chóng lao vào ôn chuẩn bị cho thi lấy chứng chỉ AS ngay năm sau đó. Ngay cả những học sinh đạt điểm A cũng cố để đạt thêm những dấu cộng cạnh đó. Mẫu đơn xin vào đại học trở nên tương đồng với sơ yếu lý lịch xin việc, nơi học sinh phải chứng minh được rằng mình đã nhắm tới ngành xin học từ lúc mới sinh, và đồng thời vẫn có thời gian chinh phục những mục tiêu cao nhất, tham gia tình nguyện và đạt các giải thưởng danh giá khác.

Nhưng việc mong đợi con cái chúng ta giỏi ở mọi mặt là không thể, và điều đó sẽ trở thành gánh nặng khiến trẻ luôn cảm thấy mình chưa đủ tốt cho dù chúng đã thể hiện xuất sắc mọi việc. Dù chúng ta có cố giấu những kỳ vọng đó, bọn trẻ vẫn cảm nhận được và hiểu rằng chúng sẽ không bao giờ đủ tốt.

Thêm vào đó, có quá nhiều điều dẫn tới sự thất vọng trong gia đình thời nay so với thời trước. Một đứa trẻ bốn tuổi sẽ mất hoàn toàn sự tự tin, nếu chúng không vào được ngôi trường có tiếng mà cha mẹ chúng muốn. Hệ thống giáo dục toàn diện đưa SATs vào ngay từ bậc tiểu học, khiến những đứa trẻ sớm nhận thức được nếu chúng không đủ giỏi. Một trong các nhà tâm lý học giáo dục đã

chia sẻ với tôi: “Cha mẹ nghĩ rằng bọn trẻ không ý thức được khi chúng thi trượt, nhưng thực ra chúng ý thức rất đầy đủ. Chúng luôn có cảm giác cha mẹ không hài lòng với mình”.

Cho dù với hệ thống trường công hay trường tư, nếu chúng ta dạy con phán xét giá trị bản thân bằng những tiêu chuẩn bề ngoài (như chúng học trường nào hay kết quả thi của chúng ra sao), thì phần lớn con sẽ luôn có cảm giác thất bại.

Trẻ em ngày nay không phải chỉ chịu áp lực điểm số. Mà bên cạnh đó, một loại áp lực mới đang bắt đầu hình thành và ảnh hưởng tới chúng, đó là sự nổi tiếng và vẻ bề ngoài đang trở thành một thước

đo của thanh thiếu niên hiện nay. Chỉ cách đó một thế hệ, việc không nổi tiếng hay xinh đẹp không phải là vấn đề khiến trẻ bị cười chê. Vừa phải chịu đựng những bất ổn của giai đoạn dậy thì, trẻ em ngày nay còn phải cố để vươn tới những tiêu chuẩn hình mẫu bề ngoài lý tưởng, và trang phục như những ngôi sao trên thảm đỏ. Nếu không làm được điều đó, sẽ bị bạn đồng trang lứa chế nhạo. Kết quả là những đứa trẻ nước Anh vừa bị thử thách nhiều nhất, đồng thời cũng bị sao nhãng và khổ sở nhất. Theo đánh giá về mức độ hạnh phúc của tổ chức UNICEF thì trẻ em Anh xếp thứ 16/20 quốc gia theo mức độ hạnh phúc. Tổ chức Xã hội Trẻ em đã điều tra 30.000 trẻ trong độ tuổi từ tám tới mười

sáu và đưa ra khuyến cáo rằng: hơn một nửa triệu trẻ trong độ tuổi đó cảm thấy không hạnh phúc. Hơn 80.000 trẻ tiểu học được ước đoán mắc chứng trầm cảm mức độ nặng.

Các chuyên gia cho rằng áp lực thi cử đã làm gia tăng số lượng tự tử ở thanh thiếu niên nam, và chứng ngược đãi bản thân ở thanh thiếu niên nữ.

Tại Anh, tự tử trở thành nguyên nhân gây tử vong đứng thứ hai trong lứa tuổi từ 15 tới 19, chỉ sau tai nạn giao thông. Số lượng trẻ em và thiếu niên gọi tới đường dây hỗ trợ ChildLine để tâm sự về ý định tự tử đã gia tăng gấp đôi từ năm 2004 đến năm 2008. Đồng thời, tổ chức này cũng cho biết, số lượng trẻ em

gọi tới đường dây hỗ trợ để nói về việc tự ngược đãi bản thân đã tăng với tốc độ báo động, tăng 60% một năm vào năm 2012.

Khi nhìn vào tương lai, tình hình cũng không mấy khả quan. Tổ chức Y tế Thế giới WHO đã đưa ra cảnh báo rằng: Số lượng các trẻ vị thành niên tại các nước phát triển gặp vấn đề về tâm lý đang tăng một cách nhanh chóng. Điều đáng nói là, những đứa trẻ bị áp lực của ngày hôm nay rồi sẽ trở thành những người trưởng thành bị trầm cảm ngày mai.

Bé trai và gái cũng đối phó với áp lực theo những cách khác nhau. Khi gặp áp lực các bé trai tự cô lập mình trong thế giới công nghệ, như đắm chìm trong các

trò chơi điện tử, phim 18+ trên mạng internet hay chất kích thích. Còn các bé gái lại không thể xác định được cảm giác của mình, luôn cố bắt kịp với hình ảnh hoàn hảo và trút những cơn giận dữ lên chính bản thân. Các em hành hạ thể xác bằng cách nhịn ăn hoặc tự làm đau mình - bởi vì điều đó dễ dàng hơn so với việc đối phó với nỗi đau tinh thần bên trong.

Bà Lucie Russell (Giám đốc Chương trình của Tổ chức Sức khỏe Tâm thần Trẻ em YoungMinds) đã chỉ ra rằng, con cái chúng ta ngày nay đang sống trong "môi trường độc hại chưa từng có". Bà nói thêm: "Trẻ em thời nay đang lớn lên trong một môi trường hết sức khắc nghiệt, với áp lực trường học không

ngừng gia tăng. Đi học đã khó, lại còn có quá nhiều bài kiểm tra và thi cử. Và nếu bị dưới điểm C, các em sẽ cảm thấy mình thất bại. Triển vọng nghề nghiệp cho các em cũng vì thế mà tăm tối, có cả một thế giới ảo mà các em rất dễ trở thành nạn nhân, và các em luôn luôn phải nghĩ cách để thể hiện bản thân mình. Các em luôn phải chạy theo cái bóng của người hoàn hảo.”

Tôi tin rằng khi chọn mua cuốn sách này, bạn thực sự đang mong muốn điều tốt nhất cho con mình, nhưng bạn lại không biết làm việc đó thế nào trong môi trường hiện nay mà không cần trở thành cha mẹ hổ. Bởi có thể bạn không chỉ quá mệt mỏi vì nhịp sống gia đình hiện tại đang phá hoại quan hệ của bạn

với con cái, mà bạn còn quá mệt mỏi với bầu không khí căng thẳng độc hại ngay trong nhà.

Có lẽ bạn đã ngán ngẩm những cuộc ganh đua ngầm giữa các bậc phụ huynh; mệt mỏi với những trận đấu khẩu; hay chán phải giữ nụ cười giả tạo của kẻ khiêm nhường khi phải nghe những câu chuyện về khả năng đọc, điểm Toán hay trình độ chơi nhạc trút xuống như mưa từ những phụ huynh khác. Hoặc có thể, bạn chán ghét khi phải lo sợ rằng những phụ huynh khác đang nỗ lực hơn bạn để khiến con cái họ vượt xa hơn con bạn?

Và rất có thể chính bạn cũng không thích việc nhìn thấy những đứa con yêu của mình bị đánh giá, thúc ép. Hẳn là

bạn không còn nhớ được lần cuối bạn nhìn thấy con yêu được thực sự vô lo.

Bạn muốn tìm một lối ra, nhưng bạn loay hoay không biết làm cách nào để thoát ra mà vẫn đảm bảo con không bị tụt lại phía sau? Chúng tôi sẽ giúp bạn giải đáp thắc mắc ở chương tiếp theo.

Trong chương tiếp theo của cuốn sách này, chúng ta sẽ nhận thấy rằng: Các công ty và trung tâm giáo dục đang lợi dụng kiếm tiền dựa trên nỗi lo lắng của chúng ta ra sao? Một điều khẳng định chắc chắn là hệ thống giáo dục của chúng ta đang bị tấn công. Tất nhiên, có nhiều người sẽ nói nước Anh và nước Mỹ đang bị tụt lại trong Bảng xếp hạng thế giới, nghĩa là chúng ta cần nhiều bậc

cha mẹ thúc ép con học hơn chứ không phải giảm đi. Còn có người sẽ nói kiểu nuôi dạy con cái cạnh tranh này chắc hẳn chỉ xuất hiện ở những gia đình trung lưu nôn nóng.

Thực sự mà nói, đúng là tầng lớp trung lưu là đối tượng chính gây áp lực cho con cái, bởi vì chính họ cũng đang phải đối mặt với nguy cơ lớn. Nếu muốn con vào được trường đại học truyền thống mà họ chọn lựa, thì họ phải giúp con cạnh tranh với sinh viên từ khắp nơi trên thế giới, những nơi mà do truyền thống văn hóa, kỳ vọng cho việc học hành thậm chí còn cao hơn.

Đây không đơn giản là chuyện về một vài gia đình tư sản khoe khoang khiêm

nhường về đứa con học Oxbridge. Mà hiện nay, bảy trên mười gia đình ở Anh tự xếp họ vào tầng lớp trung lưu. Sự bùng nổ của dịch vụ gia sư không chỉ bắt nguồn từ những phụ huynh giàu có, muốn đưa con mình vào các trường tư chọn lọc. Nó còn bắt nguồn từ cả những gia đình kém khá giả hơn, nhưng cũng đang phải lo lắng về điểm thi SAT cũng như triển vọng nghề nghiệp tương lai của con cái.

Mặc dù chúng ta thích thú khắc họa các bậc cha mẹ thúc ép này như những nô lệ tự mãn và lố bịch, và chúng ta cũng không đồng tình với việc họ đặt mục đích sống của mình lệ thuộc vào những đứa con bất hạnh. Nhưng chúng ta càng không thể dồn tất cả sự trách cứ lên đầu

các bậc cha mẹ thúc ép, bởi họ chịu ảnh hưởng rất nhiều từ những trường học thúc ép (mà ở trên chúng là những ông Bộ trưởng

Bộ Giáo dục thúc ép) với mục tiêu chính là đào tạo trẻ em trở thành những con người tham gia vào lực lượng lao động toàn cầu.

Tuy nhiên có một sự thật là: Những đứa con được đầu tư bởi những thế hệ cha mẹ đầy tham vọng, hiện lại đang chia sẻ cùng chương trình giáo dục “một cho tất cả” với những đứa trẻ từ các gia đình kinh tế khó khăn về việc coi nhẹ vai trò của việc học nhất. Đặc biệt, trong khi các tờ báo của chúng ta ngập tràn bình luận về những bậc cha mẹ hổ cực đoan,

đồng thời cũng có những tin tức đáng buồn khác về những đứa trẻ đi học mẫu giáo mà vẫn không biết nói, những đứa trẻ sáu tuổi vẫn không đọc được các từ cơ bản, hay những trẻ tốt nghiệp trung học vẫn không đáp ứng được các yêu cầu cơ bản về Toán và Tiếng Anh của nhà tuyển dụng.

Lý do giải thích cho thành tích thấp kém này là những đứa trẻ nói trên thường được sinh ra trong các gia đình rất nghèo khó, kết quả của các bà mẹ mang thai ở tuổi vị thành niên, hay những gia đình nhập cư nghèo bố mẹ không nói được tiếng Anh, hoặc các gia đình có hoàn cảnh phức tạp. Và những phương pháp như chương trình giáo dục mầm non (thường được gọi đùa là giáo dục tã

giấy), giáo dục mẫu giáo và các chương trình thi SATS trong suốt tiểu học đang là nguyên nhân khiến những đứa trẻ vốn đã đuối này càng chìm hẳn.

Như vậy, một bên, nền giáo dục sử dụng điểm số làm công cụ và nó trở thành động cơ thúc đẩy hơn nữa những đứa trẻ thuộc tầng lớp ưu tú, vốn đã bị thúc ép phát triển từ lúc vừa ra đời. Phía bên kia, chính nền giáo dục ấy cũng đang làm tha hóa một thế hệ trẻ em đã bị gắn mác thất bại từ sớm vì không bao giờ nhận được mức đầu tư tương tự. Điều này giống như được ăn cả, ngã về không đối với trẻ em vốn nhìn thế giới qua hai màu trắng và đen. Và vì chúng không bao giờ biết có con đường trung dung, nên chúng chọn cách từ bỏ sự cố gắng.

Kết quả của một hệ thống giáo dục hai tầng tạo ra quá nhiều cách biệt là ngày càng có nhiều trẻ em trở thành nạn nhân của hệ thống giáo dục này.

Còn một khả năng nữa là bạn đọc cuốn sách này vì thắc mắc liệu bạn có phải là cha mẹ hổ hay không? Và so với các bậc phụ huynh khác thì bạn đang ở ngưỡng nào? Dù sao đi nữa, hàng triệu bậc cha mẹ khắp thế giới đã đọc *Khúc chiến ca của mẹ hổ* của Amy Chua, không phải vì họ nổi giận với cách dạy con thúc ép, mà bởi họ thắc mắc liệu phương pháp đó có thực sự hiệu quả, hay để điều chỉnh lại phương pháp dạy con của riêng họ. Nếu vậy, hẳn bạn đã có ý niệm rằng thế giới này là nơi cạnh tranh khốc liệt, và nếu con bạn thể hiện tốt, con sẽ thích

ứng được.

Bạn cũng tin rằng “cạnh tranh lành mạnh” sẽ giúp con cố gắng hơn và làm hết sức mình.

Có thể bạn cảm thấy được khuyến khích vì bạn nghĩ rằng những nỗ lực mà bạn bỏ ra đang được đền đáp, và bạn thầm cho rằng bất cứ phụ huynh nào quyết định rút lui là vì họ chưa nỗ lực đúng mức.

Nhưng đây không phải là cuốn sách nhằm chia cắt hai phương pháp nuôi dạy theo kiểu để trẻ tự do phát triển và nuôi dạy kiểu cạnh tranh. Và cuốn sách cũng không khuyến khích lặp lại phương pháp “ai cũng có phần” của những năm

1980.

Là phụ huynh, tất nhiên chúng ta luôn kỳ vọng vào những thành tích của con. Nhưng những kỳ vọng chúng ta đặt ra phải hợp lý, công bằng, lành mạnh dựa trên khả năng cá nhân của con. Kỳ vọng cần được xây dựng dựa trên những gì con cần, không phải những gì cha mẹ muốn.

Bạn không thể đặt ra các kỳ vọng dựa vào tiêu chuẩn của trường học vốn đang cố nâng cao vị thế của họ trên bảng xếp hạng, hay dựa trên những mục tiêu kinh tế của chính phủ đang cố biến con cái chúng ta thành một lực lượng lao động, nhằm cạnh tranh với những đối thủ kinh tế là các nước xa xôi có nền văn hóa

hoàn toàn khác biệt.

Là người giám hộ cho con, cha mẹ phải là người quyết định lên tiếng về tác động của áp lực này lên con cái. Chúng ta phải dấy lên những câu hỏi sâu xa hơn mà hẳn những nhà chính trị nếu chỉ quan tâm tới lợi ích kinh tế đất nước sẽ chẳng hào hứng trả lời.

Liệu cạnh tranh có thực sự giúp con cái chúng ta phát huy khả năng tốt nhất không? Hay chúng ta giả định điều đó chỉ bởi vì ta đang sống trong một xã hội tiêu dùng? Liệu tâm lý “thân ai người ấy lo” sẽ đem tới bài học gì cho thế hệ tiếp theo? Và thế giới này có thực sự cần một lớp trẻ luôn nhìn những bạn cùng trang lứa như đối thủ cạnh tranh tiềm năng?

Tới thời điểm thế giới phải đối mặt với những vấn đề đòi hỏi sự hợp tác toàn cầu như biến đổi khí hậu, dân số quá tải, kinh tế sụp đổ, thì liệu đó có thực là những giá trị chúng ta muốn lưu giữ cho tương lai không?

Cuốn sách này sẽ giới thiệu về những nghiên cứu mới nhất được thực hiện trên khắp thế giới, về cách thức xã hội cạnh tranh đang làm thay đổi tuổi thơ của trẻ. Từ Nhật Bản, Trung Quốc, tới Phần Lan, cuốn sách sẽ phân tích từ những cách tiếp cận khác nhau tại các quốc gia kể trên sẽ gây tác động tới phụ huynh và con của họ như thế nào. Cuốn sách cũng chỉ ra rằng, tại sao cha mẹ thời hiện đại lại tin rằng cuộc sống là một cuộc đua, và họ là người chịu trách nhiệm hoàn

toàn cho thành công của con.

Hiểu con để yêu thương đúng cách được phát triển từ cuốn sách trước đó của tôi, trong đó tôi đã nói tới những tổn thương do xu hướng tính dục hóa gây ảnh hưởng tới tinh thần của trẻ. Khi cuốn sách *Where has my little girl gone?*(tạm dịch: *Con gái nhỏ của tôi đâu rồi?*) được xuất bản năm 2011, thì tôi là một trong số những người đầu tiên nêu lên các lo lắng về ảnh hưởng của văn hóa đồi trụy tới sức khỏe tinh thần trẻ em.

Ban đầu, những lo ngại này bị một số người gạt đi, và họ cho rằng nó là một dạng hoảng loạn đạo đức. Nhưng rồi các tác động này dần gây ảnh hưởng tới hành vi của trẻ. Các nhà giáo dục giờ

đây đã tin rằng ảnh hưởng của văn hóa phẩm đồi trụy đã dẫn tới cái nhìn giới tính lệch lạc và làm gia tăng các hiện tượng bắt nạt giới tính, bạo lực giữa bọn trẻ.

Cuốn sách này được phát triển từ cuốn sách trước, bởi vì tôi tin rằng các áp lực đang giáng xuống thế hệ con cái chúng ta hiện nay là nguy cơ lớn đe dọa sức khỏe tinh thần của chúng. Con cái chúng ta đang ở vào vị thế dễ tổn thương, bởi chúng ta chất quá nhiều áp lực lên vai chúng, trong khi lại không cho chúng những điểm tựa để có thể đứng vững. Bằng cách tước đi những trải nghiệm giúp con có khả năng thích nghi và cân bằng cảm xúc, gia đình và nhà trường đã trở thành mảnh đất màu mỡ cho áp lực,

trầm cảm, lo lắng, xu hướng tự hại và chứng biếng ăn của con phát triển.

Chúng ta cũng cần định nghĩa lại phương pháp nuôi dạy kiểu thúc ép, bởi không thể phủ nhận rằng trẻ sẽ làm tốt hơn nhiều nếu được ủng hộ và cổ vũ phát huy tiềm năng. Sự quan tâm của cha mẹ sẽ tạo ra khác biệt lớn đối với trẻ - miễn là cha mẹ tôn trọng sở trường cá nhân và tài năng riêng của con.

Nhưng thay vì làm người mẹ khắc nghiệt, thúc ép con để con học tốt hơn, các bậc cha mẹ cần xem xét lại vai trò của mình. Thay vì lấy dần đi những chiếc ghế trong trò chơi *Chiếc ghế Âm nhạc* điên cuồng mà bạn đang bắt con chơi, điều bạn cần làm là cho con thêm

lựa chọn. Thay vì biến ngôi nhà thành chảo lửa, bạn cần biến nó thành tổ ấm cho con.

Làm cha mẹ, con đường ta đi sẽ không hề dễ dàng. Làm sao chúng ta giữ được ranh giới giữa ủng hộ và ép buộc con cái? Đâu là ranh giới giữa tạo động lực và gây áp lực cho con?

Cuốn sách này không chỉ nhằm mục đích phân tích chuyện gì bất ổn đang xảy ra với con cái chúng ta, mà còn đưa ra những giải pháp thực tiễn để giải quyết vấn đề đó. Trong môi trường "không bơi sẽ chìm" ngày nay, chúng ta dễ dàng tin rằng phương pháp giáo dục thúc ép là phao cứu sinh duy nhất giúp con sống sót và theo kịp dòng chảy cuộc

sống. Nhưng thật đau lòng khi những gì chúng ta làm bằng tất cả tình yêu lại có thể gây hại cho con. Là cha mẹ, bản năng tự nhiên của chúng ta là che chở cho con, nhưng đôi khi chúng ta quá chú tâm vào việc chăm sóc con, nên đã không thấy được toàn cảnh bức tranh.

Việc nhìn nhận ra những điều đang xảy ra, ban đầu sẽ như mũi dao đâm vào lương tâm bạn (như tôi đã từng trải qua cảm giác đó). Nhưng bằng việc phân tích những áp lực mà bạn và con đang chịu, bạn sẽ giúp con có khả năng chống chọi với chúng.

Trong chương đầu tiên của cuốn sách này, chúng ta sẽ phân tích điều gì đã dẫn tới tình trạng giáo dục con như hiện nay;

chương Hai được dành để tìm hiểu những ảnh hưởng mà con cái chúng ta đang phải chịu; chương Ba sẽ thảo luận cách đặt lợi ích của con lên trước hết – và giúp con sống sót trong thế giới đầy cạnh tranh này. Đồng thời, thảo luận những gì bạn có thể làm để cứu vãn tình hình nếu con bạn đã bị ảnh hưởng nặng nề.

Xin lưu ý rằng, từ đầu sách tới giờ, tôi luôn nhắc tới cha mẹ hổ chứ không chỉ riêng mẹ hổ. Theo kinh nghiệm của tôi, hiện tượng cha mẹ trực thăng (helicopter parenting) – người luôn luôn giám sát nhất cử nhất động của con – không chỉ xảy ra với các bà mẹ. Thời xưa, người cha thường không gây nhiều tác động trong phương pháp nuôi dạy con. Tuy

nhiên hiện nay, cả cha lẫn mẹ đều tích cực tham gia việc thúc đẩy con cái, và không hiếm để gặp các ông bố đứng sau cánh gà hồi hộp xem phần biểu diễn của con.

Với cuốn sách này, tôi muốn bạn hãy suy nghĩ về câu hỏi thế nào là một bậc phụ huynh thành công? Chúng ta có nên đánh giá bản thân dựa vào khả năng biến con cái thành những học sinh xuất sắc giành được suất vào các trường đại học hàng đầu, tìm được công việc tốt nhất để chúng có thể mua được nhà đẹp, xe đắt tiền, và các kì nghỉ xa xỉ?

Hay chúng ta nên đánh giá bản thân dựa vào khả năng dẫn dắt con cái trở thành những người vui vẻ, đạo đức, đầy đam

mê, những người biết yêu bản thân và biết trân trọng thế giới xung quanh?

Tất nhiên nếu đặt câu hỏi như trên thì không cần suy nghĩ bạn cũng có thể đưa ra câu trả lời. Câu hỏi thực sự của tôi là: Tại sao chúng ta vẫn tiếp tục nuôi dạy con như thể chúng ta không hề biết câu trả lời?

PHẦN MỘT: VÌ SAO CHA MẸ HỔ TRỞ THÀNH XU HƯỚNG TOÀN CẦU

"Cho tới những năm 1950, chúng ta đã đặt nhu cầu của con cái lên trước nhu cầu của cha mẹ, và trẻ em như những cái cây đâm chồi nảy lộc rực rỡ. Từ sau những năm 1950, chúng ta lại đặt nhu cầu của cha mẹ, của người lớn lên trước nhu cầu của con trẻ. Và hậu quả thu được là rất nhiều áp lực."

Tiến sĩ David Elkind, giáo sư danh dự Khoa Phát triển trẻ em, Đại học Tufts.

"Tôi biết một bà mẹ mà từ khi con cô ấy còn chưa ra đời… nhưng cô ấy đã tin rằng con cô sẽ trở thành thiên tài."

Hal Curties, phó hiệu trưởng một trường học dành cho học sinh xuất sắc, người nhận được rất nhiều đơn đăng ký sớm từ phụ huynh.

LỊCH SỬ PHƯƠNG PHÁP NUÔI DẠY THÚC ÉP

Khoảng 100 năm trước, khi được một bà mẹ hỏi nên dành bao nhiêu thời gian để chơi với con gái bé nhỏ của mình, Florence Stacpoole đã đưa ra lời khuyên chắc nịch: "Không bao giờ nên chơi với trẻ dưới sáu tháng tuổi", bà nhanh chóng trả lời như vậy trên Chuyên mục gỡ rối của tạp chí Nhà & Mẹ: "Càng ít chơi với trẻ sơ sinh, càng tốt cho bé".

"Các bác sĩ đã nói rằng, chơi với bé sẽ khiến bé lo lắng và cáu kỉnh". Bà hào hứng nói thêm: "Lượng não bộ của bé phát triển trong năm đầu tương đương với toàn bộ cuộc đời sau đó. Chính vì vậy việc giữ yên tĩnh là điều cần thiết cho trẻ dưới một tuổi".

Lời tuyên bố như tạt gáo nước lạnh này cho thấy sự thay đổi không chỉ xuất hiện trong lời khuyên từ Chuyên mục gỡ rối năm 1915, mà xu hướng nuôi dạy trẻ cũng đang dần thay đổi. Trong suốt hàng nghìn năm qua, các bậc cha mẹ thường không lo lắng về sự phát triển của trẻ sơ sinh. Ở mỗi cộng đồng, bọn trẻ được thỏa thích học thông qua việc chơi đùa và bắt chước người lớn.

Vậy điều gì đang xảy ra trong thế kỷ này, khiến chúng ta thay vì để con cái được phát triển tự nhiên, lại tìm cách can thiệp và bắt ép chúng mọi lúc. Liệu có đúng là chín mươi chín phần trăm thành công trong cuộc đời trẻ sau này sẽ phụ thuộc vào những gì chúng được nhận bây giờ hay không?

Trước khi xu hướng nuôi dạy cha mẹ hổ phát triển như hiện nay, đã có những điển hình về sự nỗ lực thúc ép của cha mẹ đối với con cái. Khi bảy tuổi, Wolfgang Amadeus Mozart luôn được tuyên dương là đứa trẻ thiên tài mỗi khi người cha tham vọng Leopold đưa cậu bé đi giới thiệu vòng quanh các triều đình ở châu Âu. Nhưng vài năm sau đó khi Johann, cha của Ludwig van Beethoven, cũng cố tạo nên sự quan tâm tương tự cho cậu con trai mình bằng cách đó, thì lại thất bại và bị coi như trò cười.

Trong lịch sử, những đứa trẻ bộc lộ tài năng quá sớm lại thường bị coi là bất thường và bị ngờ vực – giống như kiểu một tiết mục trong gánh xiếc. Theo quan

niệm chung thì trẻ em mới sinh ra giống như sinh vật hoang dã, và người lớn có nhiệm vụ sử dụng kỷ luật để triệt tiêu những thói xấu trong trẻ.

Nếu con bạn ra đời không xinh đẹp hay thông minh, đó hẳn là do “thiếu may mắn”, nhưng nguyên nhân là do ý Chúa chứ không phải vì điều gì khác.

Có một câu của Thiên Chúa giáo dòng Tên “Hãy trao cho tôi một đứa trẻ dưới bảy tuổi, và tôi sẽ gửi lại một người đàn ông”. Nhưng điều này liên quan nhiều tới việc định hình nhân cách của đứa trẻ hơn là năng lực tương lai. Vai trò của cha mẹ trong việc định hình đứa trẻ, không phải là thúc đẩy trẻ, mà là trừng phạt. Những người lớn trong gia đình

cho rằng nhiệm vụ chính của họ là phải biết tự chủ, cư xử đúng mực và là công dân tốt. Mối quan tâm về sự nghiệp của chúng hầu như không có. Con trai thường theo nghề của ông cha. Con gái được mẹ dạy cho các kỹ năng nội trợ cần thiết.

Nhà triết học thế kỷ XVII John Locke là người đầu tiên đưa ra ý tưởng trẻ em như tờ giấy trắng, ông cũng đồng thời tin rằng điều trước tiên cần dạy trẻ là tạo cho nó một khuôn khổ giá trị đạo đức. Có như vậy, trẻ mới sẵn sàng để học những điều như tính toán hay cộng trừ. Ở Anh vào thế kỷ XVIII - XIX, khi tầng lớp trung lưu phát triển, các bậc phụ huynh chú trọng việc dạy con cách cư xử và ngôn ngữ lịch thiệp, theo phong

cách Quý bà Bennet, nhằm giúp con gái dễ lấy được chồng tốt. Họ cho rằng, phụ nữ được giáo dục quá nhiều sẽ không tốt, vì điều đó khiến phụ nữ sao nhãng việc quán xuyến gia đình.

Việc học hành của phụ nữ cũng không được ưu tiên. Các lá thư gửi tới *Chuyên mục Tâm sự* luôn đầy ắp lời phàn nàn của các bà vợ rằng chồng họ không quan tâm tới tình yêu thơ văn của vợ, mà chỉ quan tâm xem bếp đã nhóm chưa, và thức ăn đã được dọn lên bàn chưa. Phụ nữ luôn được nhắc nhở rằng: "Nhiệm vụ duy nhất của đàn bà bây giờ là phục vụ chồng. Đàn bà chỉ cần biết chăm chồng con, và con đường đi đến trái tim người đàn ông chính là thông qua cái dạ dày".

Cùng thời gian đó, trẻ sơ sinh bắt đầu được trân trọng, đặc biệt trong tầng lớp quý tộc – những người mà nhờ điều kiện và thân phận của họ, con cái họ sẽ không phải làm việc cả đời. Nhờ sự nổi lên của trường phái Kiểu cách, với những bức chân dung đẹp lấp lánh của Joshua Reynolds hay Thomas Gainsborough, trẻ em bắt đầu được nhìn nhận như những sinh vật đặc biệt, và các bậc cha mẹ tự hào khoe khoang với mọi người về vẻ đẹp thiên thần của con mình.

Cho tới những năm 1840, sự ra đời của xe đẩy đã giúp các bà mẹ quý tộc có thể thỏa sức dã ngoại cùng những đứa con xinh đẹp của mình tại nơi công cộng. Mọi người đều tin rằng, luyện tập và hít

nhiều khí trời là điều kiện tiên quyết cho trẻ phát triển tốt. Người ta thích ngắm nhìn một đứa trẻ má hồng phúng phính hơn là quan tâm tới một đứa trẻ sớm phát triển khả năng ngôn ngữ. Hầu hết trẻ em trong các gia đình trung lưu được giáo dục tại gia bởi các gia sư, nên hầu như không có cơ hội để các bậc phụ huynh không có cơ hội để so sánh con mình với những trẻ khác. Nếu một bé trai tỏ ra thông minh đặc biệt, gia đình khá giả có thể sẽ gửi cậu tới trường học nội trú để cậu phát triển thêm.

Với những đứa trẻ trong các gia đình thuộc tầng lớp lao động, chúng thường chỉ tham gia Trường học Chủ nhật của nhà thờ. Vào năm 1870, triều đình của Nữ hoàng Victoria giới thiệu chương

trình học hằng ngày cho trẻ từ năm tới mười tuổi. Nhưng ý kiến này không nhận được quá nhiều sự ủng hộ lúc bấy giờ. Bởi họ cho rằng, lao động trẻ em là một trong những lực lượng chính cho cuộc Cách mạng Công nghiệp. Tầng lớp lao động trẻ em được coi là nguồn nhân công quý giá, bởi vậy nhiều gia đình không cho con tới trường mà bắt chúng tham gia lao động kiếm sống cho gia đình.

Các lớp học cũng tỏ ra không mấy thân thiện với bọn trẻ. Những đứa trẻ học không tốt thường bị sỉ nhục, đánh đập, cô lập và đuổi vào góc lớp. Khả năng học kém bị đổ lỗi cho tính cách lẫn trí tuệ, và nó thường được đánh đồng với lười biếng.

Bước sang thế kỷ mới, hàng loạt cuốn sách mới ra đời nhằm phổ biến các tư tưởng giáo dục con cái kiểu mới. Số lượng gia đình truyền thống nhỏ hơn, gia đình hạt nhân trở nên phổ biến, và các bà mẹ tư sản bắt đầu tìm kiếm lời khuyên từ cẩm nang nuôi dạy trẻ. Các cuốn sách này thường được viết bởi tác giả là các bác sĩ nam, một trong những cuốn nổi tiếng cần nhắc tới là *Feeding and Care of Baby* (tạm dịch: *Cách chăm sóc và cho trẻ nhỏ ăn*) của tác giả Frederic Truby King, xuất bản năm 1913, cuốn sách này đã tác động mạnh mẽ tới cách thức nuôi dạy con của các bà mẹ cho tới tận Thế chiến thứ hai. Những lời khuyên vẫn theo đường lối chính sách không can thiệp. Trẻ được tự

do phát triển. Trẻ sơ sinh được đối xử hệt như “chú cún chơi trong sân”. Người ta nhạo báng ý tưởng đồ chơi trẻ em, nhưng Truby King tuyên bố rằng “trẻ sơ sinh nên tự chơi với chính mình”.

Cũng giống như cô Stacpool, ông Truby King thuyết phục các bà mẹ rằng “không gian yên tĩnh và yên bình” là điều kiện tốt nhất để “não bộ của trẻ phát triển nhanh”. Thông điệp của ông được thể hiện một cách kiên quyết: Trẻ cần được chăm sóc, cho ăn và giữ an toàn, còn những thứ khác cứ để trẻ tự phát triển. Nhưng cũng thời gian này, dấu hiệu chính thức của kiểu nuôi dạy thúc ép đã xuất hiện. Việc các nhà hát và phòng hòa nhạc được dựng lên nhanh chóng vào cuối thời kỳ Victoria đã nói

lên sự bùng nổ về vai trò của trẻ em.

Các bậc phụ huynh bắt đầu coi những màn biểu diễn tài năng hát múa của con mình như một nguồn thu béo bở. Năm 1911, Học viện Italia Conti được thành lập tại London, đây là trường học diễn xuất đầu tiên trên thế giới. Một trong những học sinh nhỏ tuổi nhất là Noel Coward, người đã bất tử hóa nỗi lòng ai oán về các bà mẹ mong muốn sống giấc mơ đời mình thông qua con cái, với bài hát *Don't put your Daughter on the Stage*, *Mrs. Worthington* (tạm dịch: *Xin đừng đưa con gái lên sân khấu, hỡi bà Worthington*). Thực tế thì chính bà mẹ Violet tham vọng của Noel đã đưa cậu lên sân khấu khi cậu mới 12 tuổi.

Từ ý tưởng về việc trẻ em cần được lắng nghe và nhìn ngắm đã giúp trẻ em được nhìn nhận như những tâm hồn nhạy cảm và non nớt. Thay vì việc cứ để mặc trẻ hình thành tính cách như trước, giờ đây nhà tâm lý học Freud lại đặt toàn bộ trách nhiệm về hạnh phúc của trẻ lên vai cha mẹ.

Trẻ em bắt đầu được xem như những sinh vật khác biệt, có cách suy nghĩ và cái nhìn về thế giới xung quanh cũng hoàn toàn khác biệt. Đầu tiên, những nghiên cứu về tâm lý trẻ em chỉ tập trung chủ yếu vào những trẻ mắc chứng rối loạn cảm xúc hoặc có vấn đề tâm thần. Nhưng dần dần, những đứa trẻ bình thường cũng được coi là đối tượng thú vị cho các nghiên cứu học thuật

phức tạp.

Trong những thế kỷ trước, chỉ có một nửa số trẻ em sống sót tới tuổi trưởng thành, thì nay nhờ y học tiên tiến, các bậc cha mẹ không còn phải lo lắng nhiều về sức khỏe của con cái nữa, thay vào đó họ bắt đầu tập trung hơn tới vấn đề tâm lý của trẻ. Họ bắt đầu quan tâm tới việc tạo cho trẻ một "tuổi thơ hạnh phúc". Và quá trình nuôi dạy trẻ bắt đầu được hình thành như một sàn giao dịch. Cha mẹ càng đầu tư nhiều, con cái càng đạt thành quả cao.

Nghiên cứu đáng chú ý nhất trong giai đoạn này là lý thuyết về các giai đoạn phát triển cơ bản của trí tuệ trẻ nhỏ của nhà tâm lý học phát triển người Thụy Sĩ

Jean Piaget. Theo ông, trẻ em là những "nhà khoa học nhỏ", với trí thông minh tương tự như người lớn nhưng được thể hiện theo cách riêng.

Kết thúc thế kỷ XX, cùng sự thay đổi của xã hội, quan điểm về vai trò của trẻ em với xã hội cũng bị chuyển hướng. Sự phân cấp xã hội bắt đầu sụp đổ. Sự phổ biến của thuốc tránh thai dẫn tới việc mỗi cặp vợ chồng sẽ có ít con hơn, và điều đó đồng nghĩa với việc cha mẹ càng coi trọng đầu tư cho con cái hơn.

Địa vị xã hội và sự giàu có không còn là thứ cha truyền con nối. Giảm tỉ lệ nông nghiệp và lao động chân tay đồng nghĩa với việc trẻ cần phải theo đuổi một sự nghiệp cho riêng mình. Nếu chúng vượt

qua kỳ thi 11+ và thành công trong nghề nghiệp chuyên môn, chúng sẽ có cơ hội leo cao nấc thang địa vị xã hội.

Vai trò của giáo dục nhanh chóng được khẳng định. Các kỳ thi được tổ chức nhằm quyết định tương lai cho trẻ. Trường học được chuẩn hóa. Việc ra đời của các chương trình giáo dục O-levels and A-levels vào những năm 1950 đã khiến những thành tựu của trẻ lần đầu tiên trong lịch sử được đem ra so sánh trực tiếp. Các môn thể thao được tổ chức quy củ, dẫn tới nhiều sự cạnh tranh hơn. Trường học mở rộng, làm gia tăng áp lực đồng trang lứa, điều đó không chỉ giữa bọn trẻ với nhau mà cả giữa các bậc phụ huynh.

Ở trong trường, trẻ em dần dần được tự do phát triển theo khả năng. Người ta tin rằng trẻ em từ khi sinh ra đã có năng lực trí tuệ khác nhau – có thể “thông minh”, “chậm hiểu” hay “trung bình”. Các bậc cha mẹ luôn nghĩ mình không thể làm gì nhiều để thay đổi năng lực bộ não của trẻ. Nuôi dạy trẻ là cung cấp thức ăn, nơi ở và giáo dục cách cư xử là đủ, còn việc giáo dục văn hóa nên để cho nhà trường.

Khi Hitler tạo ra thế hệ Thanh niên Hitler, đó được coi là một lời nhắc nhở đau buồn tới người lớn rằng họ cần hiểu tầm quan trọng của việc định hình thế hệ tương lai – và thế hệ ấy có thể dễ dàng bị thao túng hàng loạt ra sao.

MÀI MÓNG VUỐT

Vì sao cha mẹ thúc ép biến thành cha mẹ hổ?

Lần đầu tiên tôi mang sổ học bạ về nhà vào mùa hè năm 1971, mẹ đã tỏ ra khá hài lòng và nói “Ồ! vậy là Tanith đọc khá tốt so với tuổi”, nhưng tôi biết chắc mẹ cũng không quá quan tâm tới điều đó.

Vậy điều gì đã xảy ra sau ba mươi năm, việc mở sổ học bạ của con gái tôi bây giờ lại khiến cho tay tôi run và có cảm giác thật khác? Điều gì đã khiến tôi giống như hàng triệu bậc phụ huynh khác, nghĩ mình phải có trách nhiệm trong việc con có học xuất sắc hay không?

Thêm vào đó, vì sao một khái niệm “mẹ đủ tốt” đưa ra năm 1950 của nhà tâm lý học Donald Winnicotts cho rằng cha mẹ nuôi con với tình yêu, sự kiên nhẫn và sự chăm sóc là đủ – lại bị biến tấu nhanh chóng thành “cha mẹ hổ” – mọi người cho rằng nhiệm vụ của họ không bao giờ hoàn thành cho tới khi con họ xuất sắc nhất.

Thực tế, khi tôi tới tuổi đi học, phong trào giáo dục trẻ vỡ lòng đang bắt đầu sôi động. Ba năm sau đó, vấn đề đã được nhà vật lý trị liệu Glenn Doman đưa vào thành chủ đề phim. Năm 1963, ông xuất bản cuốn sách *Teach Your Baby To Read* (tạm dịch: *Hãy dạy con đọc*). Dựa trên việc trị liệu cho trẻ bị tổn thương não, lý thuyết trung tâm của

Doman dựa vào các quan sát đã chỉ ra rằng, tốc độ tăng kích thước não bộ trẻ sơ sinh trong năm đầu tiên lớn hơn tốc độ của bất cứ thời kỳ nào sau đó trong đời. Và ông cho rằng cần kích thích bộ não của trẻ càng nhiều càng tốt cho tới lúc chúng phát triển chậm dần khi trẻ đạt ba tuổi.

Doman cho rằng trẻ em khi mới chào đời khao khát kiến thức tới mức chúng cần học hơn cần ăn, và đồ chơi là thứ người lớn nghĩ ra để khiến trẻ bị phân tâm khỏi điều trẻ thực sự mong muốn – là được trở nên thông minh hơn.

Trong suốt hai mươi năm tiếp theo, ông Doman – người trông giống như một ông bác lớn tuổi với bộ râu trắng kiểu

ông già KFC đã thuyết giảng lý thuyết của mình khắp nơi trên kênh truyền hình Mỹ, thông qua các chương trình thông tin quảng cáo của Viện Phát triển tiềm năng con người – nơi ông làm việc, đặt ngay bên ngoài Philadelphia. Tuy nhiên, lý thuyết khoa học của ông là tất cả trẻ đều thông minh tựa Leonardo da Vinci nếu người lớn chúng ta sẵn sàng giúp chúng mở khóa, điều đó nghe thật khó tin, nhưng lại được các bậc cha mẹ hết sức ủng hộ. Câu nói quen thuộc “Mẹ là người thầy tốt nhất” của ông cũng được yêu thích tương tự.

Ngay từ đầu, một số chuyên gia về phát triển trẻ em đã ủng hộ tuyên bố của Doman rằng, trẻ nhỏ hoàn toàn có thể đọc. Một bé sơ sinh có thể nhận biết

được hình dạng của những chữ viết đặc biệt, ví dụ như “eye” hay “spaghetti”, và vì thế khiến mọi người ảo tưởng rằng trẻ có thể nhận biết được đúng các thẻ học. Nhưng thực tế trẻ sơ sinh sẽ thích nhai những tấm thẻ ấy hơn. Họ cũng chỉ ra rằng nếu được huấn luyện, một chú chó thông minh cũng làm được điều tương tự.

Nhưng đã quá muộn, những ảo tưởng về sự phát triển bản thân đã lan mạnh trong thập niên 70 và 80, khiến các bậc phụ huynh hết sức say mê bám vào lý thuyết rằng họ có thể phát triển trí thông minh của con thật sớm để có cơ hội phát triển nó trong tương lai.

Linda Hale, 38 tuổi, là một trong những

bà mẹ ngoại ô tuân theo lý thuyết của Doman. Sau khi bỏ 490 đô la cho một khóa học và cho đứa con chín tuần tuổi Kevin học Toán và đọc thẻ học hằng ngày, cô đã được giải thưởng "chứng nhận mẹ chuyên nghiệp". Cách đây 30 năm - năm 1983 – việc cô tham gia khóa học đã cho chúng ta thấy một biểu hiện của sự rối loạn thần kinh bắt đầu ăn vào cách nuôi dạy con.

"Để vào được trường đại học trẻ phải chịu rất nhiều áp lực." - Linda nói với tờ Newsweek. "Bạn phải dạy chúng từ nhỏ, và phải thúc chúng đạt được mục tiêu. Chúng phải biết mọi thứ từ bảng chữ cái, các con số, và đọc chữ. Tôi muốn chúng tiếp thu được càng nhiều càng tốt".

Cũng trong cùng bài viết trên tờ báo này, đã có những ý kiến lo ngại rằng tầm quan trọng của việc nuôi dạy nên một đứa trẻ vui vẻ, cân bằng đang dần dần bị đánh mất, thay vào đó là quan niệm rằng nuôi dạy nên một đứa trẻ thành công mới là điều quan trọng. Bài hát ABC của tuổi ấu thơ giờ sẽ trở thành "Anxiety (lo lắng), Betterment (cố sức hơn) và Competition (cạnh tranh)", tờ Newsweek nói thêm.

Cùng lúc đó, các bậc phụ huynh bắt đầu cảm thấy bị bao vây bởi vô số những lý thuyết đấu đá nhau về phương thức tốt nhất để nuôi dạy trẻ. Cho con bú hay ăn bình? Ngủ chung hay ngủ riêng? Các bậc phụ huynh của những thập niên 50, 60 đã nghĩ rằng hầu hết cha mẹ đều nuôi

con theo cùng một phương thức. Và giờ mỗi cha mẹ lại nuôi con theo một lý thuyết khác nhau.

Nuôi con là công việc quan trọng nhất đối với mỗi người trưởng thành, thế nhưng các bậc cha mẹ ngày nay không còn biết chắc phải thực hiện việc nuôi con đó như thế nào, bởi có quá nhiều lý thuyết khác nhau về việc nuôi dạy con.

Ý tưởng của Doman đã giúp các bậc phụ huynh có thêm sự lựa chọn trong thời gian này. Cuốn cẩm nang Hãy dạy con đọc đã bán được 5 triệu bản, và được dịch ra hơn hai mươi thứ tiếng.

Không lâu sau đó, đã có những quan điểm khác nhau về cuốn sách. “Tôi nhận

thấy áp lực đang đè nặng lên bọn trẻ", bác sĩ Nhi khoa Paul Batalden đã lên tiếng vào đầu thập niên 80. "Điều này thể hiện ở những cơn đau đầu và đau dạ dày của trẻ. Các bậc cha mẹ tới phòng khám và kêu ca về việc con cái họ lúc nào cũng căng thẳng và mệt mỏi, như thể chúng không cảm thấy hào hứng với cuộc sống nữa."

Các nhà tâm lý học khác cũng bắt đầu đứng lên và nêu báo cáo về việc điều trị bệnh quá căng thẳng cho những đứa trẻ mới hai, ba tuổi – chúng thường xuyên bứt tóc và kéo lông mi của mình. Nhà tâm lý học Angelica Frias đã đưa ra lời cảnh báo: "Kỹ năng nhận thức thì luôn có thể học được, nhưng để quay lại và điều chỉnh sự phát triển cảm xúc của trẻ

là điều cực kỳ khó.” Rất tiếc lời cảnh báo này đã bị bỏ ngoài tai. Tiến sĩ Benjamin Spock, chuyên gia nuôi dạy trẻ của thế kỷ XX cũng đã đứng lên nêu quan điểm về việc trẻ nhỏ đang bị nhồi nhét kiến thức quá tải và “Những dấu hiệu của tình trạng rối loại có thể sẽ không được thể hiện ra bên ngoài trong nhiều năm.”

KHAI THÁC TÂM LÝ BẤT AN

Của các bậc cha mẹ tầng lớp trung lưu

Mặc dù Doman chưa bao giờ thành công trong việc tạo ra một thế hệ trẻ em biết đọc sớm, thực tế thì tỉ lệ biết chữ của người Mỹ thuộc loại thấp nhất thế giới, nhưng ông cũng đã chứng minh được rằng: có thể kiếm ra rất nhiều tiền từ khai thác tâm lý bất an của các bậc cha mẹ tầng lớp trung lưu.

Một vài bậc phụ huynh không thực sự tin rằng họ có thể làm cho con mình thông minh hơn bằng việc áp dụng những phương pháp giáo dục, nhưng họ nghĩ việc áp dụng những phương pháp ấy cũng chẳng có hại gì. Bởi biết đâu

các cuốn sách, các báo cáo, các nhà sản xuất đồ chơi đã đúng - và nếu họ không thử thì biết đâu nhiều năm nữa, đứa con yêu quý của họ lại không đỗ vào được Havard chỉ vì họ đã không lên dây cót cho bộ não của con đúng cách lúc ấu thời? Nếu những điều đó xảy ra, chắc họ sẽ chẳng bao giờ tha thứ cho bản thân.

Hiện nay, phong trào giáo dục mầm non đang tăng tốc chóng mặt, và càng ngày càng xa rời khoa học thực tế. Khi nhà tâm lý học Anthony DeCasper tiến hành một số thí nghiệm chuyên đề và chỉ ra rằng trẻ trong bụng mẹ có thể nhận ra được giọng nói của mẹ, và ngay lập tức các nhà tiếp thị đã nhanh chóng bắt tay vào hành động. Kết quả là PREGAPHONE– một thiết bị trông như

cái ống nghe khổng lồ - được ra đời với lời hứa sẽ cho phép người mẹ giao tiếp với đứa trẻ đang nằm trong bụng của mình, và nó giúp đứa trẻ thông minh hơn. Các bà mẹ đã lựa chọn giải pháp này để giao tiếp với con, thay vì việc quan tâm đến những nghiên cứu của DeCasper: chỉ cần nghe giọng người mẹ là đủ cho trẻ, và quá nhiều tiếng ồn có thể gây hại cho khả năng nghe của trẻ sau này. Và mặc cho việc các nhà thần kinh học đã chỉ ra rằng lý do tử cung tối và yên tĩnh là vì trước khi ra đời, trẻ cần ngủ 99% thời gian.

Các cuốn sách mới nhất về nuôi dạy con đã không còn tập trung vào nguyên tắc cơ bản: cách thức cho ăn và chăm sóc trẻ nhỏ, như thường thấy trong quá khứ.

Thay vào đó, sách ngày nay tập trung vào nâng cao chỉ số IQ cho trẻ - và một trong số những tựa sách bán chạy nhất How to have a smarter baby (tạm dịch: Làm sao để con bạn thông minh hơn), đã đưa ra lời hứa hẹn giúp tăng chỉ số IQ của trẻ lên 30 điểm.

Khi các tuyên bố ngày càng trở nên kỳ quái, thì phản ứng từ các nhà khoa học cũng tăng lên. Họ chỉ ra rằng, giới tiếp thị đang cố tình gây lẫn lộn giữa thần kinh học – môn khoa học nghiên cứu cấu trúc bộ não – với tâm lý học. Sự thực là, sự yêu thương chăm sóc của người mẹ sẽ giúp nhiều cho quá trình phát triển của trẻ. Điều này đã được kiểm chứng qua các trường hợp trẻ em bị bỏ rơi tại các trại trẻ mồ côi ở

Romania, các trẻ nhỏ bị tách biệt và không có sự tiếp xúc với cha mẹ sẽ gặp phải những cản trở nhận thức nghiêm trọng và bị hạn chế về khả năng phát triển.

Năm 2000, thuật ngữ “đứa trẻ cháy sạch” (đứa trẻ quấy khóc) được sử dụng để nói về hội chứng trẻ sơ sinh rất quấy và không thể ở yên một chỗ, bởi vì chúng bị rối loạn cảm giác quá kích thích. Thay vì việc cổ vũ cho tinh thần yêu đọc sách của trẻ sơ sinh, giáo sư David Elkind (giáo sư hàng đầu của Mỹ về phát triển trẻ em) đã bước lên và tuyên bố rằng: Ông tin một nửa trường hợp trẻ mắc chứng khó đọc là do chúng đã bị ép học đọc trước khi chúng sẵn sàng. Ông còn nói thêm, các nghiên cứu

đã cho thấy là so với trẻ được dạy đọc bằng các tấm thẻ học từ trong cũi, thì những đứa trẻ được học đọc muộn hơn lại trở thành các độc giả tự giác và hào hứng hơn.

Giáo sư Elkind cũng nói tới sự thất vọng của các bậc cha mẹ khi mà suốt hai năm họ dạy cho đứa con của mình đọc bằng thẻ học, nhưng đứa trẻ vẫn khó có thể tự đọc một cuốn truyện đơn giản như *Chú mèo trong Mũ* chứ đừng nói tới những cuốn như *Chiến tranh và Hòa bình*. Nhưng rồi như lịch sử đã chỉ ra, lý thuyết đầy mê hoặc rằng "cha mẹ quyết định sự thông minh của con cái" sẽ không dễ dàng bị mất đi.

BIẾN CON THÀNH THẦN ĐỒNG TRONG NÔI

Tôi nhớ khi tôi đặt con gái vào ghế rung, ngồi trước tivi xem cuốn băng Baby Einstein. Tôi để con ở đó, nhìn chăm chú vào màn hình đan xen những đèn đối lưu và những thứ trò chơi vặn vẹo, hay những con rối vải nhảy nhót theo tiếng đàn mộc cầm chơi các bản nhạc Mozart nổi tiếng. Lý trí mách bảo tôi rằng, những thứ này sẽ chẳng giúp được gì cho con tôi mà chỉ khiến con bé bối rối hoặc buồn ngủ. Nhưng sau đó một loạt quảng cáo với chất giọng cao vút về “Người vĩ đại bé nhỏ” hay “Tạo ra nhân tài nhỏ” đã nhanh chóng trấn an được sự ngờ vực của tôi. Và vì thế tôi đã quyết định đặt con trước tivi nửa tiếng, mà

không thấy có lỗi chút nào, thậm chí tôi còn có thêm thời gian rảnh để làm các việc nhà khác.

Baby Einstein là đứa con tinh thần của một giáo viên vùng Colorado tên Julie Aigner-Clark, người đã quay video đầu tiên tại chính tầng hầm nhà mình năm 1997 bằng chiếc máy quay phim đi mượn. Nếu nhà khoa học Einstein đưa ra được thuyết tương đối với bộ óc thiên tài của ông, thì sự sáng tạo của Aigner-Clark là kết hợp giữa quan niệm đang thịnh hành là mong muốn trẻ em trở thành thần đồng với khám phá mới về Tác động Mozart. Một nghiên cứu đã chứng minh rằng, sinh viên đại học nghe nhạc không lời mười phút mỗi ngày sẽ đạt kết quả thi nhỉnh hơn.

Aigner-Clark đã canh thời gian rất chuẩn. Baby Einstein được công chiếu khi sự quan tâm đối với việc nâng cấp con cái đang sôi sục hơn bao giờ hết. Nỗi ám ảnh của các bậc cha mẹ rằng họ cần phải làm nhiều hơn để kích thích con cái, đã được Aigner-Clark khai thác để chuyển hóa thành những sản phẩm trí tuệ hết sức tiện lợi và bán ngay lại cho những bà mẹ đang lo lắng. Thống đốc Zell Miller của bang Georgia ủng hộ ý tưởng này tới mức ông cho gửi đĩa nhạc cổ điển tới cha mẹ của tất cả trẻ sơ sinh trong bang khi họ rời bệnh viện về nhà. Không lâu sau đó, thông qua "Dự luật Beethoven Babies", thống đốc bang Floria yêu cầu tất cả các cơ sở giữ trẻ của nhà nước phải chơi ít nhất một bản

giao hưởng mỗi ngày. Ý tưởng tương tự cũng được đưa ra tại bang Tennessee và Colorado.

Trong vòng năm năm, một phần tư gia đình Mỹ đã mua ít nhất một băng video giáo dục trẻ nhỏ. Tới năm 2001, Baby Einstein đã đạt mức doanh thu 21 triệu đô la và được bán lại cho Disney. Đây là một điển hình thành công của Aigner-Clark đã được Tổng thống Bush đưa ra lời khen ngợi là “một tinh thần doanh nghiệp vĩ đại Mỹ” trong bài phát biểu của ông gửi đến toàn công dân của Mỹ năm 2007.

Tuy nhiên, đã có một số ý kiến phản hồi trái chiều về Baby Einstein. Các nhà khoa học thử lặp lại thí nghiệm về lý

thuyết Tác động Mozart, đã đưa ra tuyên bố là họ không tìm được bất cứ kết quả nào như đã nghiên cứu trước kia đã tuyên bố. Baby Einstein càng đối mặt với nhiều vấn đề khi một số nghiên cứu đã đưa ra kiến nghị rằng: Thay vì nâng cao năng lực của trẻ, những băng video giáo dục này thực chất lại gây ra cản trở cho sự phát triển của trẻ. Một nhóm nghiên cứu của Đại học Washington đã tiến hành khảo sát trên 1.000 gia đình ở Mỹ vào năm 2006, học đã đưa ra kết luận rằng, những trẻ em từ 8 tới 16 tháng tuổi thường xuyên xem những băng video phát triển trí não trẻ em có khả năng nắm bắt và biết từ ít hơn 17% so với trẻ không bao giờ xem các video này. Phương pháp khảo sát tuy còn

nhiều dấu hỏi, nhưng một khiếu nại đã được gửi lên Ủy ban Thương mại Liên bang với lời buộc tội công ty này hoạt động quảng cáo sai trái và dối trá. Đúng thời điểm này, Học viện Nhi khoa Hoa Kỳ đưa ra tuyên bố “không nên để trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ dưới hai tuổi xem tivi”.

Khi sự chỉ trích ngày càng tăng, Disney đã quyết định không phát hành Baby-Einstein, chấp nhận hoàn lại tiền cho những phụ huynh đã mua và hạ cấp các chương trình tiếp thị. Nhưng trước đó, Baby Einstein cũng tuyên bố rằng: Các bậc phụ huynh đã hiểu nhầm thông điệp của họ từ trước tới nay “Chúng tôi chưa bao giờ nói chúng mang tính giáo dục cả, rõ ràng mục tiêu suốt từ trước tới nay có lẽ chỉ là ‘giúp trẻ sơ sinh thấm nhuần

tình yêu nhạc cổ điển, nghệ thuật và thiên nhiên’.” – người phát ngôn của công ty tuyên bố.

TRÒ CHƠI TRẺ CON

Sự trỗi dậy của đồ chơi giáo dục

Khi bạn dành chút thời gian dạo qua các dãy hàng của cửa hàng bán lẻ đồ chơi lớn nhất nước Anh (Toys R Us) bạn sẽ tin rằng không bao giờ là quá sớm để con làm quen với môn số học. Chỉ cần nhìn vào mục giới thiệu của món đồ chơi Fisher Price Learning Table, bạn sẽ thấy ngay danh sách một loạt những kỹ năng ấn tượng mà con bạn rất có thể đạt được khi sử dụng sản phẩm này: bảng chữ cái, các con số, màu sắc, hình dáng, từ ngữ, sự đối lập, các hành động, các kết cấu sắp đặt, các hành vi và còn vô số những kỹ năng khác.

Khi mà Hiệu ứng Mozart đang được các

bậc phụ huynh áp dụng tối đa, thì những đứa trẻ sơ sinh được khuyến khích sáng tác nhạc bằng cách đá chân vào những phím đàn piano khổng lồ trong các phòng tập âm nhạc dành cho trẻ sơ sinh. Hầu hết những món đồ chơi giáo dục này lòe loẹt, ồn ào tới mức làm ta đau đầu. Thật tội nghiệp cho những đứa trẻ sơ sinh, vừa mới chào đời, đã ngay lập tức bị tấn công bởi đám cuồng loạn của nút bấm nhựa, tiếng ồn và màu sắc sặc sỡ.

Không cần đợi tới lúc con đi học, giờ đây các bậc phụ huynh đã có thể nhận được các bản báo cáo đánh giá kết quả hoạt động của trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Nếu bạn mua những món đồ chơi của hãng Leapfrog – chỉ riêng tên hãng

(Leapfrog nghĩa là đi tắt đón đầu) đã ngụ ý cho bạn biết rằng con bạn sẽ vượt các bạn đồng trang lứa. Bạn có thể kết hợp các trò chơi với một bảng thống kê dùng để theo dõi các kỹ năng của trẻ và "giúp bạn nhận ra được con bạn giỏi ở lĩnh vực nào, và cần được bổ sung những gì" như lời giới thiệu của hãng.

Tuy nhiên hãng Leapfrog đã rất thận trọng khi không nhắc tới việc những đồ chơi này sẽ giúp con bạn thông minh hơn, đặc biệt là sau những vụ tranh cãi xảy ra gần đây ở Mỹ. Thay vào đó, một cách hoàn toàn vô tình và rất hợp thời, hộp đồ chơi được in dòng chữ nổi màu vàng "khả năng nhận biết các hình mẫu giúp cho khả năng nhận biết số học của con sau này tốt hơn".

Bài diễn văn giáo dục có thể vòng vo, nhưng thông điệp thì phải rõ ràng. Đồ chơi đã không còn là đồ chơi nữa. Chúng đã trở thành những giáo viên, những cầu nối tri thức cho bọn trẻ. Trong thế giới đang tiến rất nhanh này, thậm chí một thứ đơn giản như sợi dây để nhảy cũng được gắn những chiếc đèn flash, nhằm dạy trẻ về thời gian biểu, và sau đó được dùng để kiểm tra trong phần ‘Mục tiêu’.

Các món đồ chơi cũng được gắn với công nghệ cao, và nó dần trở thành một thứ phụ kiện gắn gọn gàng với máy tính bảng (vốn đã chất chứa đầy ứng dụng giáo dục trong đó). Có những món đồ chơi như iBounce, một cái lò xo bật có giá đỡ iPad, hay iTeddy (một loại thú

nhồi bông kiêm giá đỡ iPad). Thậm chí còn có iPotty để con bạn có thể nghịch các ứng dụng khi chúng đang được dạy cách sử dụng bô. Đến trò chơi tập thể dục Baby gym dành cho trẻ sơ sinh cũng có một giá đỡ để bạn gắn iPhone vào. Chẳng trách sao bây giờ cụm từ 'iPaddy' đã ra đời nhằm miêu tả sự tức giận của một đứa trẻ khi bị lấy mất chiếc máy tính bảng ra khỏi tay.

Một điểm chung mà tất cả các món đồ chơi này cùng có đó là "một hào quang chấp nhận". Các bậc phụ huynh thích chúng vì chúng thu hút được sự tập trung của trẻ - và có khi chúng sẽ giúp trẻ tiến bộ hơn ở trường. Các món đồ chơi này đã tìm được những độc giả trung thành là các cặp vợ chồng, do sinh

ra và lớn lên trong những gia đình trung lưu và kết hôn muộn, nên họ có rất ít kinh nghiệm với trẻ em, và hoàn toàn không biết phải chơi với trẻ như thế nào. Thực ra những món đồ chơi này chỉ giúp các bậc cha mẹ sẽ dạy những đứa con sơ sinh của họ, cũng như giúp người lớn có thời gian để kiểm tra thư điện tử hay trả lời tin nhắn.

Dù lạc quan đến mấy, nhưng đa số các nhà thần kinh học cũng nói chúng ta đang đẩy kỳ vọng của đồ chơi giáo dục và video giáo dục lên quá mức, mặc dù không dựa trên cơ sở nào cả. Khi biên dịch thông điệp khoa học từ phòng nghiên cứu tới nhà trẻ, các thông điệp đã bị biến tấu trầm trọng – các nhà kinh doanh biết chọn lọc một chút của sự thật

và phóng đại lên để biến nó thành cỗ máy kiếm tiền.

Càng ngày càng có nhiều chuyên gia đưa ra quan điểm rằng, những đồ chơi giáo dục không những không giúp gì cho trẻ, mà nó còn đang tước đi của trẻ thời gian và trí não mà chúng cần để học những kỹ năng quan trọng hơn, như sự tưởng tượng. Dù sự thực là để mặc một đứa trẻ trong phòng tối mờ, không có sự kích thích sẽ khiến trẻ không phát triển được nhiều liên kết não, nhưng ngược lại nếu kích thích trẻ quá nhiều không có nghĩa sẽ giúp trẻ thông minh hơn. Các nhà thần kinh học đã nói, mỗi trẻ có một mức độ giới hạn khối lượng thông tin mà não tiếp nhận và xử lý được. Giống như một miếng bọt biển vậy, không thể

thấm ướt quá khả năng thấm của nó.

Hãy bàn về từ vựng – một chủ đề rất nóng - bằng việc so sánh số lượng từ vựng mà trẻ từ gia đình trung lưu và gia đình khó khăn sử dụng khi chúng bắt đầu đến trường. Không nghi ngờ gì khi một đứa trẻ biết nhiều từ hơn nếu chúng nhận được nhiều sự tương tác một - một thông qua nói chuyện với cha mẹ và người lớn, hơn việc chúng suốt ngày cắm đầu chơi với iPhone. Nhưng cho dù bạn có cố gắng dạy con bao nhiêu đi nữa, vẫn có một số trẻ có khả năng thiên bẩm giúp chúng học ngôn ngữ nhanh và sử dụng câu lưu loát hơn những trẻ khác.

Cố giáo sư Peter Huttenlocher (nhà

nghiên cứu não bộ) tin rằng, việc thúc ép học sớm không chỉ không thúc ép gì mà còn có thể làm chậm quá trình phát triển do sự "quá tải dây thần kinh". Nói theo cách khác, việc tiếp nhận quá nhiều thông tin cùng một lúc sẽ làm tắc nghẽn khớp thần kinh, làm giới hạn khả năng sáng tạo của trẻ.

Nhà nghiên cứu não bộ Kathy Hirsh-Pasek đưa ra ví dụ để làm rõ hơn phát biểu của cố giáo sư Peter Huttenlocher: "Thử tưởng tượng bạn đang xếp hàng mua vé ở rạp chiếu phim, và có hai hàng. Người quản lý bước tới, đóng cửa một hàng. Và mọi người ở cửa bị đóng sẽ đứng sang hàng còn lại, như vậy hàng còn lại sẽ trở nên đông đúc hơn, và bạn sẽ tốn nhiều thời gian hơn để mua được

vé. Đó là điều tương tự xảy ra với tình trạng quá tải dây thần kinh”.

Cung cấp cho trẻ quá nhiều thông tin cùng lúc không có nghĩa sẽ tốt mà thậm chí điều đó sẽ phản tác dụng. Một đứa trẻ bảy, tám tháng tuổi cũng đã biết chọn lọc để loại bỏ thông tin quá phức tạp, và chỉ tập trung vào những thông tin chúng có thể tiếp nhận. Trong một thí nghiệm, các nhà nghiên cứu đã cho các em bé xem một số hình ảnh để tìm hiểu xem các bé thích hình ảnh nào nhất. Nếu hình ảnh quá dễ đoán, các bé tỏ ra chán. Nhưng khi cho các bé xem những hình bất ngờ gây ngạc nhiên, chúng cũng tỏ ra không thích thú gì hơn. Và cả hai đều bị chúng loại bỏ.

Giáo sư ngành não và khoa học nhận thức Richard Aslin (một trong số các tác giả) đã phát biểu: “Nếu bạn cố dạy một đứa trẻ sáu tuổi môn giải tích, chúng sẽ chẳng thể hiểu bạn đang nói gì, bởi vì điều đó quá phức tạp… Chúng chỉ tập trung vào những gì chúng có thể nắm bắt, và loại bỏ tất cả những điều còn lại.”

Đó là còn chưa nói tới việc cha mẹ phải làm thêm nhiều tiếng đồng hồ để chi trả cho những món đồ chơi này, trong khi họ có thể dùng thời gian đó để nói chuyện trực tiếp, hát và chơi với đứa con mới sinh của mình - điều mà các nhà nghiên cứu đã khẳng định sẽ giúp tạo nên sự khác biệt trong quá trình phát triển của trẻ.

Trưởng nhóm tác giả nghiên cứu, giáo sư Celeste Kidd tin rằng trẻ sẽ học tốt nhất từ việc tiếp xúc với con người hơn là việc thường xuyên tiếp xúc với công nghệ. Bà có biết: “Cha mẹ không cần mua đồ chơi đắt tiền để giúp trẻ học. Hãy tận dụng môi trường xung quanh để giúp trẻ nhận biết. Trẻ sẽ tự tìm kiếm xung quanh những điều phù hợp với mức độ chú ý của trẻ nhất.”

Tiến sĩ thần kinh học Lise Eliot (người đã dành nhiều năm nghiên cứu về não bộ trẻ sơ sinh) cũng tin rằng, mỗi kích thích ta có thể tạo cho trẻ đều có những giới hạn nhất định. “Quá nhiều đồ chơi, quá nhiều hoạt động sẽ tạo nên sự rối loạn và thực sự có thể gây hại cho trẻ, làm giảm khả năng tập trung của trẻ…

Một căn phòng với ba món đồ chơi hay ba mươi món đồ chơi không tạo nên nhiều khác biệt trong việc chơi của trẻ, nhưng lại tạo nên khác biệt to lớn về mức độ bối rối mà trẻ sẽ gặp phải. Trẻ em thường khá giỏi trong việc biểu hiện cho chúng ta biết khi chúng buồn chán, nhưng lại không thể cho ta biết khi chúng bị tác động quá tải. Những biểu hiện như cáu kỉnh, thường là biểu hiện duy nhất giúp chúng ta biết con đang bị nhận thức quá tải."

Nhà khoa học não bộ kiêm nhà sinh học phân tử John Medina cũng chia sẻ luận điểm trên: "Buồn thay, dù đã có dẫn chứng thực tế, nhưng mọi người vẫn chạy theo phong trào. Hằng năm, vẫn có nhiều sản phẩm đồ chơi như vậy được ra

đời, nó giống như những cái lưới đánh cá, đánh bắt và khai thác tiền của tất cả các bậc cha mẹ ngây thơ.' Nếu việc chơi và học trở nên căng thẳng sẽ gây phản tác dụng, như ông Medina đã nói. "Càng có nhiều hoóc môn căng thẳng chảy trong não trẻ, chúng càng ít thông minh hơn".

Năm mươi năm từ khi cuốn sách của Doman được xuất bản, những điều hoang đường do nó tạo ra vẫn tiếp tục kéo dài. Theo ước tính, có khoảng 48.000 lập trình viên trên toàn cầu tập trung vào phát triển ứng dụng dành cho smartphones và máy tính bảng nhằm dạy trẻ nhỏ tập đọc từ, chơi các trò chơi giáo dục hay nói ngoại ngữ. Nhưng khi được nhóm Bảo vệ Người tiêu dùng Mỹ yêu

cầu cung cấp bằng chứng để chứng minh các ứng dụng này giúp trẻ thông minh hơn, cơ quan thương mại ngành công nghiệp sản xuất đồ chơi đã không đưa ra được bất cứ dẫn chứng nào.

Như ông Medina phát biểu: “Công nghệ tăng cường não bộ trẻ nhỏ tốt nhất trên thế giới không gì khác là một cái tập giấy trắng, một hộp màu vẽ và hai tiếng đồng hồ.” Hãy thử tưởng tượng số tiền mà cha mẹ có thể tiết kiệm được là bao nhiêu, cũng như sự âu lo mà bọn trẻ không phải chịu đựng sẽ giảm đi rất nhiều nếu chúng ta tin tưởng và làm theo điều ông nói.

BẢN CHẤT TỰ NHIÊN VÀ GIÁO DỤC

Liệu chúng ta có thể 'tạo ra' con cái?

Hai năm trước, tôi gửi tới phòng thí nghiệm một bộ tuýp nước bọt của vợ chồng tôi và hai con gái để làm thí nghiệm gen.

Thực hiện điều này rất đơn giản, tất cả những gì tôi phải làm là một ống nghiệm chứa đầy nước bọt, đóng gói và gửi tới một dịch vụ kiểm tra khách hàng tên là 23andMe ở California. Tại đó, tất cả các mẫu ADN trong ống nghiệm của chúng tôi sẽ được tách riêng và tiến hành thí nghiệm, mẫu gen được lưu trữ trong máy tính, và được sử dụng cho hàng ngàn nghiên cứu về ý nghĩa của các loại

gen khác nhau.

Sáu tuần sau, tôi nhận được email thông báo kết quả. Tôi đã hồi hộp khi mở thư, và tò mò không biết loại bí ẩn nào mình sắp khám phá.

Phần đầu tiên làm tôi thở phào, không có dấu hiệu của các căn bệnh nguy hiểm đến tính mạng.

ADN của chúng tôi được so sánh ngẫu nhiên với khoảng nửa triệu người khác trên khắp thế giới. Từ kết quả xét nghiệm, rõ ràng không có khả năng nào nói lên rằng các con tôi đã bị đánh tráo tại bệnh viện hay chồng tôi không phải cha đẻ của chúng (tất nhiên tôi không hề nghi ngờ về điều này).

So sánh với mọi người trong cơ sở dữ liệu, các con gái tôi có 50% gen của mỗi chúng tôi. Mặc dù có ngoại hình và tính cách hoàn toàn khác nhau, nhưng hai con gái tôi vẫn giống nhau 88%, và rõ ràng phù hợp trong trường hợp cần hiến tạng.

Trong một, hai tiếng tiếp theo tìm hiểu thêm về bộ gen của mình, tôi đọc về 240 đặc tính gen và thấy vừa thích thú lại có phần hơi sợ hãi. Tôi cảm thấy vui khi hiểu vì sao mình ghét các loại cây mầm: Có một loại gen trong cơ thể khiến tôi có thể nhận biết được vị đắng trong rau. Mặt khác, tôi cũng cảm thấy khá lo sợ khi biết rằng do gen, tôi có thể có 18,3% nguy cơ phát triển ung thư vú.

Khi đọc thêm, tôi đã rất ngạc nhiên về kết quả liên quan tới trí thông minh và bản tính. Nói cho cùng, tôi thuộc tuýp người tin tưởng tuyệt đối rằng cha mẹ chịu hoàn toàn trách nhiệm trong việc giáo dục con cái trở thành những người thành công. Nhưng ở đây, có cả một danh sách những gen quyết định khả năng đọc, đo lường trí tuệ, khả năng tránh mắc lỗi, hay thậm chí việc cho con bú liệu có giúp tăng cường IQ của con hay không?

Tất nhiên, điều này chỉ như giọt nước trong đại dương. Thực tế là, có tới 10 triệu SNPs (điểm đa hình đơn nucleotide trong sinh học, đọc là các snip) trong bộ gen người, điều tạo nên sự khác biệt về gen của mỗi chúng ta. Và bản báo cáo

xét nghiệm gen của chúng tôi cũng chỉ được so sánh với hơn nửa triệu người khác.

Mặc dù còn quá ít để nói lên cả bức tranh, nhưng tôi nhận ra có quá nhiều điều thực ra đã được định đoạt sẵn ngay từ lúc thụ thai. Và tôi bắt đầu phải đối với cái nhìn hơi khác về thế giới vốn có rằng: các con gái tôi, dù đều mang một nửa gen của tôi và của chồng nhưng sẽ ra đời với những đặc điểm gen rất riêng của chúng.

Cho tới gần đây, cái nhìn tương lai Gattaca[1] khiến chúng ta phải suy nghĩ rằng có thể gen chịu trách nhiệm cho trí thông minh. Trong nhiều năm qua, đã có những cuộc tranh luận nảy lửa về việc

liệu con cái chúng ta là sản phẩm của tự nhiên hay giáo dục. Nhưng có vẻ dưới con mắt khoa học, AND đóng một vai trò lớn.

[1] *Một bộ phim khoa học viễn tưởng sản xuất năm 1997, nói về tương lai khi những đứa trẻ được can thiệp chọn lọc gen để đảm bảo chúng thừa hưởng những đặc tính vượt trội nhất của cha mẹ.*

Những nghiên cứu trên trẻ sinh đôi hoặc trẻ nhân bản gen đã cho thấy rằng: Kể cả những đứa trẻ bị chia tách ngay khi chào đời, vẫn có những điểm tương đồng đáng kể về tính cách và mức độ IQ. Mặt khác, bản tính và mức độ thông minh của những đứa trẻ khác cha mẹ cùng

được nhận nuôi trong một gia đình lại không hề giống nhau. Nói cách khác, nếu đứa con do bạn sinh ra bị đưa đi từ lúc mới sinh và lớn lên trong một gia đình khác, chúng sẽ lớn lên không có nhiều khác biệt so với việc bạn tự nuôi con.

ĐỪNG CỐ ÁP ĐẶT CON PHẢI TRỞ THÀNH NGƯỜI THẾ NÀO

Khi tôi đang nghiên cứu tài liệu để viết cuốn sách này, tôi có nghe được câu chuyện về một nhà học giả hàng đầu người Anh. Câu chuyện kể về một trong ba đứa con của ông cần sự giúp đỡ vì kết quả học tập của cháu không được như mong đợi, vì vậy ông đã đưa cô con gái tới gặp gia sư để xin học phụ đạo.

Và khi ông chứng kiến thái độ ấp úng của giáo viên khi cố gắng giải thích một tin không mấy dễ chịu rằng con gái ông không thể có khả năng học xuất sắc như ông, ông đã ngắt lời cô giáo và nói nhẹ nhàng: “Không sao, tôi hiểu”. Ông nói thêm: “Đó chỉ là sự hồi quy trung bình thôi mà.” Nói cách khác, ông đã chấp

nhận một điều mà nhiều bậc cha mẹ không muốn chấp nhận. Nếu bạn và chồng bạn là những người xuất chúng, không có nghĩa bạn chắc chắn sẽ sinh ra một đứa trẻ xuất chúng. Thậm chí xác suất đó còn ít hơn bình thường.

Chuyên gia di truyền học, tiến sĩ Stephen Hsu thuộc Đại học Bang Michigan, đã nghiên cứu về khả năng thừa hưởng trí thông minh của trẻ, được biết nếu bố mẹ có chỉ số IQ khoảng 160, xác xuất diễn ngược khiến họ đa phần chỉ có thể sinh ra một đứa trẻ với chỉ số IQ 136, có rất ít khả năng con cái họ đạt chỉ số IQ vượt quá 160. Với bố mẹ có chỉ số IQ 145, giá trị kỳ vọng (mean) sẽ là 127, và chỉ có khoảng 10% cơ hội đứa trẻ sẽ có chỉ số IQ cao hơn bố mẹ.

Nói tóm lại, nếu không có sự hồi quy trung bình, hẳn những người thông minh (thường có xu hướng kết hôn với người cùng trình độ) sẽ cho ra đời một thế hệ siêu thiên tài. Trong khi chỉ số IQ của loài người tăng rất chậm (khoảng 3 điểm sau mỗi thập kỷ), hầu hết sự tăng lên này có được là kết quả của dinh dưỡng tốt hơn, và sự tiếp xúc trải nghiệm nhiều hơn, cũng như việc luyện tập làm các bài kiểm tra IQ nhiều hơn.

Thông minh di truyền cũng có thể giống như chiều cao di truyền. Có thể đưa ra dự đoán khá chính xác chiều cao của con cái phụ thuộc vào cha mẹ cao hay thấp, tuy nhiên không phải lúc nào cũng vậy. “Hồi quy trung bình có nghĩa là: Nếu hai người khổng lồ hoặc hai thiên

tài cưới nhau thì con cái của họ, về trung bình sẽ không phải là người khổng lồ hoặc thiên tài. Nhưng về tích cực, thì bố mẹ dưới trung bình lại thường sinh ra con đạt mức gần trung bình”.

Các nhà lai tạo giống động vật không lạ gì điều này, ông cho biết thêm: “Họ hiểu rất rõ, và họ biết tận dụng lý thuyết này để lai tạo ra những động vật theo ý mà họ muốn. Điều này chỉ thực sự gây tranh cãi khi nó liên quan tới con người, và rõ ràng người ta không thích những kết luận khoa học kiểu này.” Nhưng những người đã có nhiều hơn một đứa con lại dần nhận ra rằng mỗi đứa trẻ được ra đời đều có sở trường và sở đoản riêng. Rõ ràng là đã có bàn tay của số phận quyết định ở mức độ nào đó.

Để hiểu hơn về kết quả ngẫu nhiên và không thể đoán trước của di truyền gen sang con cái, hãy cùng xem ví dụ về việc thừa hưởng vẻ bề ngoài. Có thể lấy trường hợp hai người được coi là đẹp nhất thế giới là Angelina Jolie và Brad Pitt làm ví dụ. Mặc dù chúng ta không nghi ngờ gì về việc ba đứa con đẻ của Jolie và Pitt sẽ rất xinh đẹp, và sẽ giống cha mẹ, nhưng sẽ khó có trường hợp cả ba đều đẹp hơn cha mẹ chúng.

Điều tôi muốn nói ở đây là: Các bậc phụ huynh, đừng cố áp đặt con cái chúng ta sẽ phải làm theo những gì mà chúng ta mong muốn. Khi con ra đời, chúng ta thường mặc định ngay rằng chúng thông minh y như chúng ta, và trách nhiệm của chúng ta là phải làm con thông minh

hơn nữa. Nhưng trẻ em sẽ bị tổn thương tới mức không thể chữa lành được, nếu chúng bị buộc phải sống theo những tiêu chuẩn mà chúng không thể đáp ứng. Tất nhiên chúng ta có thể chỉ ra và tạo điều kiện cho con phát huy tiềm năng vốn có. Ngày càng có nhiều các bằng chứng cho thấy, môi trường cũng có những ảnh hưởng tác động tới một số gen cụ thể.

Nếu con cái chúng ta không thể trở nên thông minh xuất sắc, và chúng ta thể hiện sự thất vọng thông qua việc giận dữ, nóng nảy, và tức tối. Điều này không hề tốt cho trẻ, mà thậm chí nó còn khiến trẻ mất dần sự tự tôn, đặc biệt với những trẻ nhạy cảm. Mỗi đứa trẻ được sinh ra trên đời đều có những thế mạnh và điểm yếu riêng. Bí quyết để trở thành những

bậc cha mẹ hạnh phúc, và để có những đứa con hạnh phúc, là học cách chấp nhận vòng quay của bánh xe di truyền – điều đã được quyết định ngay từ khi trẻ được thụ thai.

SỰ TRỖI DẬY CỦA VIỆC HỌC PHỤ ĐẠO

Trong một văn phòng vô danh tại vùng ngoại ô Bắc London, một cuộc họp kinh doanh cấp cao đang diễn ra. Sáu nhà đầu tư tiềm năng đang ngồi tập trung xung quanh chiếc bàn khổng lồ, tất cả đều hào hứng chuẩn bị đổ tiền vào một trong những ngành kinh doanh đang nở rộ nhất đó là “dạy học thêm”.

Một vị giám đốc của Kumon đang say sưa diễn thuyết về thương hiệu, mô hình kinh doanh và lợi nhuận lớn của phương pháp Kumon.Với khoản đầu tư ban đầu là 3.000 bảng Anh, với lượng khách hàng

150 trẻ em, sử dụng nhượng quyền, có

thể đạt doanh thu 70.000 bảng Anh mỗi năm. Và nếu lượng khách là 500 trẻ, thì lợi nhuận kiếm được sẽ không dưới nửa triệu bảng Anh.

Phương pháp Kumon được ra đời năm 1954, bởi người cha cả có tên Toru Kumon, ông luôn tìm mọi cách để con trai mình theo kịp bạn bè mỗi khi cậu bé bị điểm kém môn Toán. Kể từ đó, ý tưởng kinh doanh của ông ra đời dựa trên nguồn tài nguyên bất tận là sự hoảng sợ của các bậc phụ huynh. Giám đốc Kumon đã nói một cách ngắn gọn: "Câu hỏi ấy như vang mãi trong đầu mỗi vị phụ huynh: 'Tại sao con nhà hàng xóm lại giỏi hơn con mình?' Đó là một câu hỏi thường trực vẫn đang tồn tại trong đầu các bậc cha mẹ ngày nay".

Đúng như vậy, nếu năm 1954 ý tưởng kinh doanh của ông chỉ là một cơn gió nhỏ, thì giờ đây nó đã thành bão lớn. Mỗi năm tỉ lệ phát triển của nó lên tới 12%, và chỉ riêng ở Anh, Kumon đã dạy kèm 70.000 học sinh, và có khoảng bốn triệu học sinh trên khắp thế giới. Để hoàn chỉnh bức tranh vui vẻ về những thành công liên tiếp và lợi nhuận khổng lồ này, các bức tường tại các văn phòng Kumon khắp Liên hiệp Anh đều được trang trí bằng những tấm hình trẻ em vừa giải Toán vừa cười rạng rỡ.

Nhìn những bức hình này, bọn trẻ sẽ cảm thấy hào hứng mỗi khi về đến nhà, bởi chúng được ngồi trong một căn phòng trang trí như lớp học, và chúng sẽ luôn vui vẻ làm bài tập cho tới khi

chúng đạt điểm hoàn hảo. Không chỉ vậy, chúng còn làm bài tập tại nhà vào ban đêm, và thậm chí vào ngày nghỉ tết. Ý tưởng ở đây được đưa ra là nếu học sinh làm đúng theo chỉ dẫn trong sách, chúng sẽ hoàn toàn nắm được kiến thức môn học mà không cần sự giảng dạy của thầy cô.

Bản thân tôi cũng từng là một phụ huynh Kumon, từ kinh nghiệm thực tế tôi hiểu rằng, hiện thực không dễ dàng như vậy. Tôi đã thử phương pháp Kumon với con gái lớn của mình trong suốt 18 tháng và tiêu tốn khoảng 60 bảng Anh mỗi tháng (nghe nói giá cả được đặt ra tùy theo thị trường). Con gái tôi thể hiện được một chút tiến bộ nhỏ trong môn Toán, nhưng ngay khi dừng

việc học lại thì sự tiến bộ đó cũng biến mất theo.

Tuy vậy, vẫn có những bậc phụ huynh tin dùng Kumon vì cho rằng nó là phương pháp tiết kiệm chi phí và nghiêm khắc hơn phương pháp dạy học truyền thống và họ cho rằng kết quả thu được rất khả quan. Và kể cả nếu phương pháp này không hiệu quả với chúng ta thì sao? Kumon, như được nhắc đi nhắc lại trong suốt cuộc họp, là chống suy thoái. Khi đối tượng khách hàng là trẻ nhỏ, nghĩa là mỗi phút lại có một khách hàng tiềm năng ra đời theo nghĩa đen. Để đáp ứng nhu cầu đó, đã có cả một cuộc họp bàn về việc mở rộng Kumon ra khỏi phạm vi phòng đọc thư viện hay các buổi giảng nhóm, để trở thành một

trung tâm tọa lạc trên phố kinh doanh High Street danh tiếng. Như vậy, họ có thể tập trung tốt hơn vào việc “khám phá tiềm năng” của những khách hàng nhỏ, thậm chí cả những khách hàng còn chưa đến tuổi đi học.

Thế hệ trước ở Anh và Mỹ, việc thuê gia sư riêng chỉ xảy ra với một số ít gia đình trung lưu khi con cái họ gặp khó khăn với việc học, hoặc khi chuẩn bị cho các kỳ kiểm tra chính. Thế nhưng trong những năm gần đây, việc học phụ đạo đã trở thành bắt buộc. Theo kết quả nghiên cứu của tổ chức giáo dục từ thiện The Sutton Trust, khoảng ¼ học sinh hiện nay tham gia các chương trình học phụ đạo, trong khi 5 năm về trước con số này chỉ là 18%.

Từ hình thức dạy phụ đạo một - một truyền thống tới dạy nhóm và giờ là dạy trực tuyến, ước tính chỉ tính riêng thị trường Anh đã thu được lợi nhuận 6 tỷ bảng Anh mỗi năm, và thu hút khoảng 1 triệu lao động không cố định. Trung bình, mỗi gia đình tiêu tốn 2.756 bảng Anh mỗi năm cho việc học phụ đạo của con. Nước Anh đang theo bước chân của các quốc gia Viễn Đông, nơi các công ty phụ đạo được niêm yết trên thị trường chứng khoán và là nơi một số gia sư nổi tiếng không kém gì các ngôi sao nhạc pop. Tại Nhật Bản, Trung Quốc và Hàn Quốc, các trung tâm gia sư đang dần trở thành trường học buổi tối, khiến học sinh phải học 16 tiếng một ngày, và được coi là một phần thiết yếu của hệ

thống giáo dục.

Nhưng với Kumon và các công ty khác như Explore Learning, phụ huynh ở các nước phương Tây đang trở thành thị trường tiềm năng tiếp theo. Không chỉ là phương pháp giáo dục độc tôn dành cho các gia đình khá giả như trước, giờ đây các gia đình có thu nhập thấp cũng sẵn sàng chi tiền để thuê gia sư tới nhà kèm con học. Có một thời ở Anh, việc học gia sư đồng nghĩa với việc đứa trẻ cần sự hỗ trợ thêm, và điều đó bị coi là khá xấu hổ và thường được giữ kín. Giờ đây những gia đình nhập cư vào Anh lại đang làm những việc hoàn toàn ngược lại. Họ coi việc thuê gia sư dạy thêm cho con là việc đáng tự hào, điều đó thể hiện rằng họ sẽ làm tất cả những gì có thể để

giúp con cái thành công.

Cũng giống như những lò giáo dục khác, hệ thống gia sư đang ngày càng nóng lên. Rất nhiều học sinh học lực tốt vẫn tham gia học phụ đạo, không phải bởi vì chúng cần được giúp đỡ, mà chỉ bởi vì cha mẹ muốn chúng phải đứng hàng đầu. Lyndsey, một bà mẹ vừa có cô con gái thi đậu vào trường nữ sinh điểm London, chia sẻ: “Không chỉ học sinh yếu kém mới học phụ đạo, giờ nhu cầu học phụ đạo là dành cho tất cả mọi người. Chúng ta đều phải chuẩn bị cho con để giúp con vượt trội.”

Ngày nay các bậc cha mẹ không chỉ thuê gia sư dạy một môn mà con họ yếu. Những gia đình giàu có còn thuê vài gia

sư khác nhau để dạy các môn khác nhau từ nhạc lý, tới tiếng Pháp. Các gia sư chất lượng cao chia sẻ rằng: “Một số gia đình rất giàu còn đưa gia sư đi cùng trong các kỳ nghỉ dài, để đảm bảo con của họ không bị trượt dốc mùa hè”.

Việc cho trẻ đi học cũng bắt đầu sớm hơn. Hiệu trưởng một trường mầm non chia sẻ với tôi rằng, chị lấy làm kinh hãi khi các bậc phụ huynh thuê gia sư để chuẩn bị cho các bé hai tuổi tham gia kì thi vào các trường chọn danh tiếng. Các kĩ năng sẽ được kiểm tra bao gồm kĩ năng giữ thăng bằng, nhảy lò cò và tô màu. Chị nói “Ở tuổi đó, việc phụ đạo cho kì kiểm tra thực chất chỉ che giấu khả năng thật sự của bé. Bé có thể được nhận vào trường, nhưng sau vài năm,

các bậc cha mẹ sẽ nhận ra con họ không thể theo kịp, và sự kì vọng của cha mẹ sẽ vỡ vụn. Lúc đấy nhà trường sẽ nói với họ rằng, đây không phải trường dành cho con họ, và họ nên đi tìm một trường khác phù hợp với con hơn.”

Một số trường khuyến khích việc học phụ đạo - thường là để trường đỡ mất nhiều công sức trong việc cố gắng cải thiện học lực của học sinh. Đã có một số hiệu trưởng lên tiếng về những tác hại việc học phụ đạo gây ra, tuy nhiên họ không nhắc gì tới việc chính các trường đã góp phần tạo nên bầu không khí cuồng loạn này.

Một điều phải nói tới, đó là các chương trình học nhóm, ví dụ như mô hình

Kumon. Mô hình này rập khuôn tới nỗi không thể dùng chúng để hỗ trợ cho chương trình học chính thức, và không thể sử dụng để dạy trẻ những phương pháp tính toán (ví dụ dạy trẻ phép chia dài) vốn hoàn toàn xa lạ với những gì chúng học trên trường, điều đó sẽ gây ra sự bối rối cho trẻ. Ông Barry Sindal thuộc Hiệp hội Hiệu trưởng phát biểu: “Đa số các hiệu trưởng đều không ủng hộ việc học phụ đạo và họ cho rằng việc học phụ đạo chỉ giúp giải quyết sự lo âu của cha mẹ, và gây áp lực cho bọn trẻ”. Cô Clarissa Far, Hiệu trưởng trường Nữ sinh Thánh Paul đã yêu cầu các bậc phụ huynh làm rõ về chuyện học phụ đạo, cô mô tả việc học phụ đạo như “một ngành công nghiệp kinh doanh dựa trên sự bất an và sự lo lắng về thi cử, và nó thường

gây tổn hại hơn là giúp xây dựng sự tự tin cho trẻ”. Thậm chí ông Sion Humprey, nhà tư vấn chính sách tại Hiệp hội Hiệu trưởng Quốc gia còn phát biểu mạnh mẽ, gọi ngành công nghiệp học phụ đạo là “Vùng hoang dã nguy hiểm của giáo dục”.

Hơn thế nữa, việc học thêm còn kéo theo những “cuộc chiến cổng trường” của phụ huynh. Cô Miriam, mẹ của ba đứa con, đã cố hết sức để giấu việc cho con gái bảy tuổi theo học tại Kumon, nhưng đã bị một phụ huynh khác bắt gặp. Cô kể:

‘Tôi đã làm mọi thứ để che giấu, để chắc chắn rằng không ai biết chuyện bé Grace đi học ở Kumon, tôi thậm chí còn đưa

bé đi đường vòng tới trường. Thế rồi một hôm, một phụ huynh khác tới trước mặt tôi với vẻ đắc thắng và nói “Ô, vậy là bé Grace gặp vấn đề với môn Toán à?’. Tôi thật chỉ muốn hét lên.” Hơn thế nữa, cô Miriam nói rằng điều đó nhanh chóng trở thành một cuộc đua. Khi một bà mẹ biết rằng có ai đó cho con học Kumon, họ lập tức làm tương tự bởi vì họ sợ con mình sẽ bị thua kém. Trong một học kỳ, có tới sáu học sinh một lớp cùng ghi danh. Hai trong số các bà mẹ đã lớn tiếng cãi nhau vì người nọ đổ cho người kia đã làm méo mó kết quả lớp học.

Mặc dù đã sử dụng nhiều dịch vụ gia sư, nhưng nhiều bậc phụ huynh vẫn không hài lòng với kết quả mà con mình đạt

được, nhất là khi họ nhận được thông báo rằng kết quả học của con thậm chí còn kém hơn so với khi chưa học phụ đạo. Nói cho cùng, nhiều trẻ em thực sự cần được kèm cặp phụ đạo đã cảm thấy mình ngu ngốc, lo lắng, tự ti và bị tụt lại. Các bậc phụ huynh vì quá sốt sắng không nhận ra rằng, học gia sư không phải là giải pháp thần kỳ. Nếu đặt một đứa trẻ yếu vào tay một gia sư thiếu kinh nghiệm, xử lý tình huống kém và tự ti thì sẽ càng làm sự tự tin của trẻ xuống dốc trầm trọng.

Hầu hết các trung tâm gia sư không đòi hỏi gia sư có bất cứ chứng chỉ sư phạm nào. Một số trung tâm có thể đòi hỏi gia sư học đúng ngành sẽ dạy, nhưng cũng chỉ có vậy. Trừ khi được đào tạo bài bản,

còn không các gia sư sẽ chỉ sử dụng phương pháp giáo dục cổ điển: làm trẻ xấu hổ hoặc mặc cảm để ép trẻ học tốt hơn, hoặc nói với trẻ rằng trẻ "thực sự" biết câu trả lời và ép trẻ trả lời.

Cựu hiệu trưởng và nhà giáo dục Noel Janis- Norton chia sẻ: "Gia sư thường giỏi môn họ dạy, tức là họ cũng từng là các học sinh giỏi. Vì thế, họ không hiểu được lý do tại sao trẻ không hiểu vấn đề, và cũng không biết cách làm đơn giản hóa câu hỏi, hay cung cấp cho trẻ những kỹ năng để trẻ gỡ rối."

Bà Carolyn Kerr là cựu Phó hiệu trưởng, và giờ dạy gia sư tại Bắc London. Bà tỏ ra lo ngại khi thay vì nhìn vào đứa trẻ một cách toàn diện, các gia sư thiếu kinh

nghiệm lại thường bị lạc hướng bởi những yêu cầu của phụ huynh. “Có vẻ như họ chỉ ra sức tập trung vào việc cố đưa học sinh vượt qua các kỳ kiểm tra, mà không cần quan tâm đến nhu cầu của học sinh là gì.”

Mặc dù nhiều trung tâm gia sư cam kết sẽ giúp tăng kết quả học tập của học sinh lên hai điểm, nhưng các nhà nghiên cứu độc lập luôn tỏ ra nghi ngờ về trình độ của các gia sư. Giáo sư Tâm lý học giáo dục của Học viện Giáo dục Đại học London, Judy Ireson, đã thực hiện một nghiên cứu trên 3.515 trẻ em ở độ tuổi 11, 16 và 18. Theo kết quả thu được thì học sinh học gia sư đạt điểm Toán thấp hơn nửa điểm so với học sinh không học gia sư. Ở những môn như tiếng

Anh, việc học gia sư hầu như không có tác động gì đáng kể tới kết quả thi đối với cả học sinh nam và nữ. Cô Ireson nói: “Các bậc phụ huynh đang ở trong tình thế khó khăn, họ không có một quy định nào về việc lựa chọn gia sư cho con, đa phần họ chọn gia sư qua giới thiệu hoặc truyền miệng. Đôi khi họ tìm được gia sư tốt, và đôi khi không. Việc lựa chọn gia sư không tốt gây ra những ảnh hưởng tới trẻ”.

Bà mẹ hai con, cô Elaine đã thuê một sinh viên vừa tốt nghiệp trường Oxbridge làm gia sư Toán cho cậu con trai tám tuổi James: ‘Tôi đã không kiểm tra bằng cấp của cô ấy. Tôi luôn nghĩ rằng cô ấy học ở Cambridge nên chắc chắn cô ấy phải giỏi. Nhưng thực sự, cô

ấy không có chút kinh nghiệm nào về việc dạy trẻ cả. Thay vì dạy James, cô ấy sử dụng cách thở dài, lắc đầu thất vọng mỗi khi bé James đưa ra câu trả lời sai. Sau đó cô ấy im lặng một lúc lâu, và để cho bé James tự điền câu hỏi, điều này thực sự càng làm tăng sự lo lắng của bé. Kết quả đạt được là bé không chỉ cảm thấy mình thật kém ở trường, giờ bé còn cảm thấy điều đó ngay tại nhà.

“Giờ đây, tôi khuyến khích các bậc cha mẹ không nên để con theo học những gia sư thiếu kinh nghiệm. Không chỉ vì chi phí đắt đỏ. Nó còn chiếm mất thời gian ở bên con của các bậc cha mẹ, và điều đó có thể còn làm con cảm thấy bản thân mình thật tệ”.

HÃY CẨN TRỌNG VỚI ĐIỀU BẠN ƯỚC

Phần một: Kinh nghiệm của người Nhật

Khi một nhóm các bà mẹ đang mải trò chuyện với nhau tại một sân chơi ở giữa Trung tâm Tokyo, thì một bé gái đã biến mất không chút dấu vết. Hàng trăm cảnh sát lập tức được huy động để tìm kiếm cô bé hai tuổi Haruna Wakayama, nhưng không tìm được bất cứ manh mối nào.

Ba ngày sau, một trong số các bà mẹ, người đã có mặt trong buổi trò chuyện vào buổi chiều lạnh lẽo hôm ấy, đã đến sở cảnh sát và thú nhận là hung thủ đã sát hại cô bé. Cựu y tá Misuko Yamada

đã lặng lẽ rời khỏi nhóm các bà mẹ, dẫn bé Haruna tới một nhà vệ sinh công cộng gần đó, và siết cổ cô bé bằng chính chiếc khăn choàng cổ bé đang đeo. Sau đó, bà ta đặt thi thể bé vào một chiếc túi đựng rác, và đưa hai con của mình tới chỗ người chồng, bà ta bắt chuyến tàu cao tốc về nhà cha mẹ đẻ ở vùng ngoại ô và chôn xác cô bé Haruna trong vườn nhà.

Vụ án mạng đã gây chấn động trên toàn nước Nhật, khiến mọi người phải nhìn lại hệ thống giáo dục vốn cổ vũ tính cạnh tranh quá cao. Ba ngày trước vụ án mạng, bà Yamada nhận được tin rằng con gái ruột của bà – cùng tuổi với nạn nhân – đã không giành được một trong hai mươi suất để vào trường Mầm non

Otowa. Tại Nhật Bản, trường mầm non được coi là bước khởi đầu quan trọng để tạo nền tảng cho bé tự tin bước vào một trong những trường đại học danh giá sau này. Trong khi đó, bé Haruna, con gái người hàng xóm của bà Yamada lại trúng tuyển vào trường.

Trích dẫn lời bà Yamada cho thấy, bà đã giết đứa trẻ bởi vì bà không thể sống trong nỗi ám ảnh rằng con gái bà đã bị loại, bà nói: “Gần đây con tôi đã không thể hiện tốt. Và cứ nhìn thấy bé Haruna là tôi lại thấy đau đớn”.

Tuy nhiên, vụ án mạng này có nhiều điều đáng nói hơn là việc đề cập đến một bà mẹ tâm thần với tính cạnh tranh cực đoan. Bà Yamada đã trở thành biểu

tượng cho mặt tối trong lòng hệ thống giáo dục Nhật Bản. Việc ganh ghét vì con người khác được nhận vào trường danh giá dẫn tới hành vi tội ác của một con người, việc đó đã giúp soi rọi vào nền văn hóa "chiến tranh thi cử" của Nhật Bản, cũng như khiến người ta tìm hiểu nghiêm túc hơn về những áp lực mà trẻ em và phụ huynh đang phải chịu đựng.

Bộ trưởng Bộ Giáo dục Hirofumi Nakasone đã phát biểu trong một cuộc họp báo: "Nếu việc cạnh tranh thi cử ở lứa tuổi nhi đồng đã trở nên quá sức chịu đựng, chúng ta cần tìm ra giải pháp để ngăn chặn những tình huống tương tự xảy ra trong tương lai." Một biên tập viên của tờ Tokyo Shimbun cũng cho

biết, nguyên nhân dẫn tới tội ác kinh khủng trên thực ra không phải là không có căn cứ. Bài báo có đoạn viết “Trạng thái rối loạn thần kinh đã dẫn tới hành vi giết người, nó bắt nguồn từ mối quan hệ hằng ngày giữa các bà mẹ nội trợ cùng quan tâm đến những vấn đề xoay quanh con cái của họ. Vấn đề là phải hiểu tận gốc rễ sự âu lo của các bà mẹ - nỗi lo âu mà thậm chí đã bị chuyển hóa thành động cơ giết người.”

Trong thực tế, trước khi những thuật ngữ như cha mẹ trực thăng (helicopter parents), cha mẹ hổ (tiger parent) hoặc cha mẹ thúc ép (pushy parent) bắt đầu được sử dụng tại phương Tây, thì trong tiếng Nhật đã có từ “mẹ kyoiku” – để miêu tả người mẹ dồn toàn bộ tâm trí và

sức lực cho việc học tập của con cái, và coi thành công thi cử của con như lý lẽ sống cho đời mình. Làm “mẹ kyoiku” là một nghề toàn thời gian. Người mẹ tham gia các lớp học buổi tối để có kiến thức dạy kèm con học tại nhà sau thời gian con học ở trường. Nếu đứa con bị ốm, bà mẹ Kyoiku sẽ ngồi thay con tại lớp học và ghi chép lại bài giảng để chắc chắn con không bị tụt lại phía sau.

Tại Nhật Bản, đây không phải vụ giết người duy nhất khởi nguồn từ áp lực mà cha mẹ và con cái phải chịu về điểm số. Năm 2006, cô Chiaki Onedera đã treo cổ cậu con trai bảy tuổi Sosuke bằng một sợi dây thắt lưng, vì cậu bé không chịu đi tới lớp học thêm ngoài giờ để chuẩn bị cho kỳ thi sắp diễn ra – trung bình có

tới hơn một nửa số trẻ em Nhật Bản tham gia các lớp học thêm này. Theo ước tính, ở Nhật mỗi năm có 400 trường hợp cha mẹ sát hại con cái và sau đó tự sát, chỉ vì muốn tránh khỏi nỗi xấu hổ do con cái không đạt được thành tích trong học tập.

So với các nước trên thế giới, những năm 2000, nền giáo dục của Nhật Bản được coi là rất thành công. Khi kinh tế đất nước bắt đầu bùng nổ, thế giới đã ngưỡng mộ hệ thống giáo dục của Nhật Bản. Bởi cách giáo dục của đất nước này có thể khiến trẻ tập trung học các môn chính như Đọc, Viết, và Số học ngay từ lúc khởi đầu, và rõ ràng hệ thống giáo dục đó đã tạo ra lực lượng lao động tốt nhất trên thế giới.

Mọi người đều tò mò muốn tìm hiểu bí mật thành công đó. Các nhà giáo dục phương Tây đã dành lời khen ngợi cho hệ thống giáo dục mà họ hết sức ngưỡng mộ. Vì cách giáo dục này khiến cho trẻ em phải học nhiều kỳ, làm nhiều bài tập, và đến trường cả ngày thứ Bảy. Điều đáng ghen tị hơn nữa là hai phần ba số trẻ tham gia vào các lớp phụ đạo ngoài giờ.

Nhưng trước khi xem xét các tiêu chuẩn học đường đã giúp nền giáo dục Nhật Bản vươn lên đứng đầu thế giới, có lẽ trước hết chúng ta cần biết rằng: để leo lên vị trí cao chót vót ấy, những trẻ em Nhật đã phải chịu hy sinh như thế nào?

Sau Thế chiến thứ II, nền giáo dục Nhật

Bản được tái cơ cấu theo mô hình các nước phương Tây, đặc biệt là theo hệ thống giáo dục trung học Mỹ. Nhưng sau đó, khi đất nước dần được xây dựng lại và theo kịp đà phát triển của các nước, thì mô hình này đã được đẩy lên mức cực đoan theo đúng truyền thống tham công tiếc việc của người Nhật. Theo lời kêu gọi của Nhật Hoàng, cha mẹ coi nhiệm vụ của mình là phải hy sinh mọi thứ cho con cái nhằm xây dựng lại một nền kinh tế mới trong tương lai.

Các bài kiểm tra được tiêu chuẩn hóa trở thành phương pháp giúp định hình trẻ nhỏ. Thành công hay thất bại của một đứa trẻ chỉ được đánh giá dựa trên một tiêu chí duy nhất là việc thi đỗ vào một trong số nhóm trường đại học hàng đầu.

Sự bất an của cha mẹ bắt đầu đổ lên trẻ nhỏ và các bé cũng phải tham gia vào cuộc cạnh tranh để vào được những trường mẫu giáo hàng đầu. Và trong tiếng Nhật, xuất hiện những từ miêu tả sự thay đổi xã hội mà chúng ta có thể dùng để miêu tả hậu quả của nó. Các bậc cha mẹ kêu gào tuyệt vọng về các Ockibore (từ ngữ miêu tả một thế hệ trẻ em không theo kịp được chương trình học khắc khổ). Các em còn được gọi là Kireru – một thế hệ mà, không được cảnh báo trước, có thể chuyển từ ngây thơ hồn nhiên sang nóng nảy và bạo lực.

Đối với học sinh, các em bắt đầu dùng những từ như makatsuku để miêu tả sự khó chịu của mình đối với giáo viên, cha mẹ và cuộc sống. Điều gây sốc là với

một nền văn hóa nổi tiếng hài hòa như Nhật Bản, số vụ bạo lực học đường đã lên tới 29.300 vụ trong năm 2002, điều đó khiến trường học Nhật Bản bị coi là “bãi chiến trường”. Số lượng các vụ tự tử do thất bại thi cử tăng lên đến mức báo động. Năm 2007, Nhật Bản đứng đầu trong các nước G8 về số vụ tự tử đối với nữ giới, và đứng thứ hai đối với nam giới.

Bản chất không khoan dung của hệ thống giáo dục Nhật Bản là nguyên nhân dẫn đến chỉ số Hạnh phúc và chỉ số Tự tin của trẻ em Nhật thấp hơn nhiều so với trẻ em các nước khác. Ngoài ra còn có thêm những nguyên nhân không mong đợi. Các nhà bình luận đã miêu tả “Hội chứng trốn tránh về nhà”, của các

ông chồng, họ không còn cảm thấy được chào đón mỗi khi về nhà, bởi sự căng thẳng và ngột ngạt trong mối quan hệ giữa các bà mẹ và con cái luôn bao trùm toàn bộ không khí ngôi nhà. Sau một ngày làm việc mệt mỏi, một số ông chồng thà được ngủ trong các khu dành cho người vô gia cư, còn hơn là phải trở về nhà.

Cùng lúc đó, khi các quốc gia châu Âu đang cố phát triển hệ thống giáo dục cạnh tranh theo kiểu Nhật, thì chính bên trong nước Nhật, các chính trị gia bắt đầu tự hỏi liệu điều gì không ổn đã xảy ra với họ? Việc trẻ em Nhật Bản luôn đạt được kết quả cao trong các cuộc thi quốc tế không còn được coi là biểu tượng của tự hào dân tộc, mà bắt đầu bị

coi là hậu quả của việc “nhồi sọ” trẻ em quá đà.

Nhằm cứu vãn tình hình trước khi quá muộn, Bộ trưởng Bộ Giáo dục Nhật Bản bắt đầu nới lỏng các tiêu chuẩn. Năm 2012, việc đi học ngày thứ Bảy bị bãi bỏ, kèm theo đó là một phần ba giáo trình bị loại bỏ. Một thời khóa biểu mới được áp dụng, cố gắng để kích thích trí tò mò của trẻ, và đưa trẻ thoát khỏi cách học khuôn phép. Bộ trưởng đã công bố quyết định về việc trẻ cần được tiếp xúc nhiều hơn với thiên nhiên, và cần nhiều thời gian để chơi hơn.

Và ngay lập tức, chính sách nhận được sự chỉ trích của những nhà phê bình và phụ huynh, những người thậm chí muốn

có một chế độ giáo dục nghiêm khắc hơn nữa. Khi Nhật Bản bắt đầu trượt nhẹ trên bảng xếp hạng thế giới, sự phản đối việc nới lỏng các tiêu chuẩn khắt khe càng mạnh mẽ hơn. Một nhà giáo dục đã cho rằng, việc giảm áp lực cho trẻ em khiến cho nước Nhật giống như “đi đánh trận mà không mang vũ khí”.

Thay vì việc ủng hộ sự thay đổi các chính sách học tập nhằm cải thiện tâm lý trẻ, thì các bậc phụ huynh lại trở nên hốt hoảng và nghĩ rằng con mình sẽ không được học đầy đủ tại trường. Và để bù đắp những thời gian rảnh ở trường, họ ghi danh cho con tham gia các lớp học thêm, và cho con vào học trường tư, nơi vẫn duy trì thời khóa biểu học sáu ngày một tuần. Quan điểm bà mẹ kyoiku rõ

ràng không dễ dàng mà biến mất được.

Tất nhiên có sự khác biệt lớn giữa văn hóa tương hợp của Nhật Bản và văn hóa cá nhân của Anh. Nhưng đồng thời hai nền văn hóa này cũng có những điểm chung, đặc biệt trong cách cha mẹ đầu tư quá mức cho con cái nhằm đạt được thành công – theo định nghĩa rất hẹp của từ này. Bên cạnh đó, hai bên đều có chung quyết tâm chính trị trong việc biến trường học thành môi trường cạnh tranh để tạo ra một lực lượng lao động hiệu quả hơn.

Mặc cho những nỗ lực giúp giảm tải áp lực, các vấn đề tiêu cực vẫn tồn tại, ví dụ như hikikomori – xu hướng những người trẻ tuổi tự định đoạt cuộc sống

bằng việc không chịu tới trường, và giam mình trong phòng hằng tháng, thậm chí hằng năm trời. Theo ước tính, xu hướng này đã lan rộng đến khoảng một triệu thanh thiếu niên Nhật Bản ở một giai đoạn nào đó của cuộc đời. Đa số các đối tượng bị ảnh hưởng là con trai đầu của các gia đình trung lưu, những đứa trẻ chịu nhiều áp lực nhất. Sự phát triển của Internet hiện nay đồng nghĩa với việc trẻ vị thành niên sẽ không cần phải rời khỏi phòng để kết nối với thế giới bên ngoài. Các nhà nghiên cứu đã chỉ ra rằng xu hướng này cũng bắt đầu lan tới các nước phương Tây, ví dụ như ở Pháp, Tây Ban Nha và Italy.

Bác sĩ tâm lý học trẻ em Hiroshi Kawai đã tổng kết lại vấn đề: “Ngày nay các

bậc phụ huynh chỉ chú trọng tới kết quả học tập của con cái. Chính vì vậy, trẻ em phải sống một cuộc đời đã được cha mẹ lập kế hoạch sẵn. Và chúng không còn cảm thấy cuộc đời đáng sống nữa, bởi vì chúng chẳng có gì cho riêng mình cả.”

HÃY CẨN TRỌNG VỚI ĐIỀU BẠN ƯỚC

Phần hai: Trung Quốc

Khi so sánh cô Amy Chua (tác giả cuốn sách *Khúc chiến ca của Mẹ Hổ*) với Lưu Vệ Hoa và Trương Hân Vũ, rõ ràng cô tỏ ra vẫn còn kém một bậc so với họ.

Từ trước khi Amy bắt các con gái của mình tập nhạc bốn tiếng mỗi ngày, Lưu Vệ Hoa và Trương Hân Vũ đã nổi tiếng tại Trung Quốc với thành tích bắt cô con gái Diệc Đình trở thành "ngôi sao qua một đêm", đây là một minh chứng cho lối nuôi dạy con kiểu cha mẹ hổ khắc nghiệt. Những đứa trẻ phương Tây khi muốn trở thành ngôi sao qua một đêm, đều phải tham gia các chương trình tìm

kiếm tài năng hát múa trên ti vi, nhưng cô bé Diệc Đình lại nổi tiếng bằng cách trở thành hình mẫu của mọi đứa trẻ Trung Quốc, khi cô bé đem lại vinh dự cho gia đình bằng việc giành học bổng toàn phần của Đại học Harvard danh tiếng.

Cuốn sách *Cô gái Harvard* đã trở thành kim chỉ nam không thể thiếu cho các gia đình Trung Quốc, những người cũng đang mong muốn tìm kiếm một vị trí vinh danh tại những trường đại học Ivy Leaguehay Oxbridge danh giá cho các con của họ.

Cuốn sách đã bán được hai triệu bản, cùng hơn 70 ấn bản liên quan, bao gồm *Cô gái Yale và Ivy League không*

chỉ là giấc mơ. Tất cả đều dựa trên một triết lý rằng, với sự nuôi dạy nghiêm khắc và làm việc chăm chỉ, bất cứ gia đình Trung Quốc nào cũng có thể giành được tấm vé mơ ước cho con.

Cha mẹ Diệc Đình đã bắt đầu phương pháp giáo dục này từ rất sớm. Ngay khi còn là trẻ sơ sinh, họ đã đặt các món đồ chơi ngoài tầm tay, nhằm khiến cô bé phải cố với tay để lấy được chúng.

Khi Diệc Đình học tiểu học, họ lên lịch cho cô bé để chuẩn bị tham gia vào các kì thi và bắt cô bé phải giữ đá lạnh trong tay nhằm làm tăng sức chịu đựng.

Cùng thời điểm cuốn sách *Cô gái Harvard* bán chạy nhất, những câu

chuyện của cuốn sách đã trở thành động lực cho những thanh thiếu niên Trung Quốc tham gia cuộc chạy đua vào những trường đại học danh giá nhất phương Tây, sự kiện này xảy ra càng làm nóng hơn không khí cạnh tranh toàn cầu.

Năm 2000, kết quả Chương trình Đánh giá Học sinh Quốc tế PISA lần đầu được xuất bản, nhằm mục đích so sánh hệ thống giáo dục trên toàn thế giới. Theo đó, hai mươi sáu nước cử ra một nhóm đại diện là các trẻ mười lăm tuổi tham gia kỳ thi đánh giá học sinh với các môn Toán, Khoa học và Đọc.

Ban đầu, Trung Quốc không tham dự kỳ thi này. Nhưng khi số lượng các quốc gia tham dự tăng lên, Trung Quốc quyết

định ghi danh vào năm 2009. Chương trình bắt đầu với trẻ em ở Thượng Hải, nơi học sinh đạt nhiều thành tích giáo dục nhất nước, với khoảng 80% học sinh tham gia học đại học.

Trung Quốc đã tạo được một khởi đầu ấn tượng. Với lần đầu tiên tham gia, Thượng Hải – nơi có số dân tương đương với nước Ghana – đã leo lên đứng đầu bảng xếp hạng.

Kết quả mà Trung Quốc đạt được đã trở thành nỗi lo lắng cho các nước phương Tây – những nước vốn đã bị bỏ lại xa so với các đối thủ Viễn Đông lừng lẫy như Singapore, Hongkong, Hàn Quốc hay Nhật Bản. Khởi đầu ở vị trí trong top 10 của bảng xếp hạng, giờ đây nước Anh đã

bị tụt xuống vị trí 25 về Đọc, 28 về Toán, và 16 về Khoa học. Cả học sinh Mỹ và Pháp cũng đạt kết quả thấp.

Như Hoàng đế Napoleon từ xa xưa đã đưa ra lời cảnh báo về Trung Quốc: "Hãy để yên cho Trung Quốc ngủ, vì khi thức dậy, Trung Quốc sẽ khuấy đảo cả thế giới." Chắc chắn khi nghe vị Hoàng đế Pháp này đưa ra lời cảnh báo, một số người đã dự đoán trước được tương lai Trung Quốc ở thế kỷ XXI. Và hiện tại, khi Trung Quốc đang ngày càng tạo ra những lực lượng lớn lao động có học thức, câu hỏi được đặt ra lúc này không phải là Trung Quốc liệu có thống trị thế giới hay không, mà là bao giờ điều đó sẽ xảy ra?

Các chính trị gia phương Tây ra sức chỉ trích việc học sinh không học đủ chăm chỉ. Tổng thống Mỹ Obama đưa ra lời kêu gọi giới trẻ Mỹ hãy vượt trội về giáo dục so với thế giới. Tổng thư ký Giáo dục Anh Quốc, Michael Gove, gọi đó là "Phong trào Sputnik" sau cú sốc mà nước Mỹ chứng kiến Liên bang Xô Viết dẫn trước trong cuộc đua Chinh phục Vũ trụ. Ông nói thêm: "Chúng ta phải đảm bảo chúng ta có thể làm tốt hơn họ." Ông cho rằng để học sinh Anh có thể đạt được những thành tích tương tự như học sinh châu Á thì "học sinh, giáo viên và phụ huynh sẽ phải sẵn sàng nỗ lực ở mức độ cao hơn. Thời gian học ở trường phải dài hơn, và các kỳ nghỉ cần ngắn lại." Liên minh Công nghiệp Anh Quốc

càng cố nhấn mạnh điều này hơn khi phát biểu rằng, kết quả xếp hạng đã cho thấy nước Anh “đã bị các đối thủ chính bỏ xa”.

Niềm tự hào dân tộc cũng được khai thác triệt để. Làm sao mà một quốc gia đã từng sản sinh ra thiên tài như Dickens và Shakespeare lại có thể bị thua xa về trình độ học vấn? “Nước Anh là kẻ vai u bắp thịt của châu Âu” một tờ lớn báo đã giật tít, và một tờ báo khác đưa tít “Đội sổ”. Thông điệp đã thể hiện hết sức rõ ràng quyết tâm vươn lên của nước Anh. Chúng ta sẽ phải thúc đẩy giáo dục thật mạnh mẽ hoặc là chúng ta sẽ thất bại thê thảm. Tuy nhiên, khi nói tới trẻ em, trước hết hãy cẩn thận với những gì bạn muốn, chưa kể việc bạn sẽ thực hiện

những điều mong muốn đó thế nào.

Việc so sánh sự đối lập của hệ thống giáo dục phương Tây và phương Đông không đơn giản như liệt kê một danh sách. Nếu chúng ta nhìn vào một lớp học kiểu Nhật Bản và Trung Quốc, chúng ta sẽ hiểu rằng cái giá phải trả cho thành công không hề nhỏ. Và chính những người Trung Quốc cũng phải thừa nhận điều này.

Khi bạn bước vào một trường Trung học cơ sở tại Thượng Hải, ấn tượng ban đầu bạn nhận thấy là lớp học ở đây lớn gấp đôi so với kích thước lớp học tại Anh, và một lớp học như vậy đủ chỗ cho khoảng 40 học sinh ngồi.

Ở đây bạn sẽ không tìm thấy vấn đề về kỷ luật. Học sinh đứng dậy chào khi giáo viên bước vào lớp.

Để giúp học sinh phía cuối lớp có thể nghe được bài giảng, giáo viên phải sử dụng micro. Nhịp điệu của một buổi học Toán diễn ra rất nhanh và căng thẳng, theo phương pháp giáo viên đưa câu hỏi và học sinh cùng trả lời đồng loạt.

Tại Trung Quốc, mỗi năm thời gian học ở trường của trẻ dài hơn khoảng một tháng so với các trường ở phương Tây. Thời gian học mỗi ngày kéo dài tới chín tiếng – với các đợt giải lao nghỉ giữa giờ và sẽ có thời gian nghỉ giữa giờ để trẻ thư giãn mắt và vận động đôi chút nhằm giữ được mức độ tập trung cao sau đó.

Khi tiếng chuông hết giờ vang lên, đó vẫn chưa phải kết thúc. Sau tiếng chuông kết thúc giờ học ở trường, bọn trẻ sẽ đi tới các trung tâm luyện thi. Việc học thêm ở các trung tâm này trở nên nghiêm trọng tới mức ở quốc gia láng giềng như Hàn Quốc và một số nước châu Á, đã có thanh tra thực hiện các đợt kiểm tra bất ngờ để buộc các trung tâm không được phép dạy học sinh quá 10 giờ đêm. Có thời điểm chính phủ Hàn Quốc đã đưa ra quyết định cấm các trung tâm luyện thi hoạt động. Nhưng ngay cả pháp luật cũng không thể loại bỏ được nền văn hóa đã ăn sâu vào suy nghĩ của trẻ em, trẻ em luôn sống với tiêu chí “Ngủ năm tiếng mỗi tối sẽ trượt. Ngủ bốn tiếng mỗi tối sẽ đỗ”.

Cái giá về sức khỏe bọn trẻ phải trả cho việc học tập nặng nề tại trường không hề nhỏ. Một nghiên cứu cho thấy rằng: Khoảng 90% trẻ em các nước châu Á bao gồm Trung Quốc, Đài Loan, Nhật Bản, Singapore và Hàn Quốc bị cận thị. Đây là hậu quả của việc dành quá nhiều thời gian trong phòng học và không có đủ thời gian ra ngoài hưởng ánh sáng mặt trời. Khi đem kết quả nghiên cứu này so sánh với nước Anh, thì tỉ lệ cận thị của trẻ em nước Anh chiếm khoảng 20% - 30%.

Không chỉ chịu áp lực, một nghiên cứu gần đây còn cho thấy một phần ba số trẻ trong độ tuổi tiểu học của Trung Quốc đã có các dấu hiệu stress, đó là kết quả từ hệ thống giáo dục cạnh tranh gay gắt

và phương pháp nuôi dạy thúc ép. Theo nghiên cứu của các nhà nghiên cứu Anh, Trung Quốc, và giáo sư Theresa Hesketh của Đại học London, thì trẻ nhỏ từ sáu tuổi đã có dấu hiệu bị áp lực. Khi tiến hành khảo sát đối với trẻ chín tới mười hai tuổi tại một tỉnh phía đông Chiết Giang đã cho thấy, hơn 80% các em “rất lo lắng” về các kỳ kiểm tra, và khoảng hai phần ba số trẻ lo sợ bị giáo viên phạt. Khoảng một phần ba số trẻ lo sợ các hình phạt thể xác từ cha mẹ mình.

Cái giá mà học sinh Thượng Hải phải trả cho thành công cũng rất đắt. Một nghiên cứu năm 2009 đã cho thấy: 24% trong tổng số 2.500 học sinh được điều tra đã từng nghĩ tới việc tự sát, hầu hết là do áp lực thi cử. Tương tự như ở Nhật Bản, có

một từ tiếng Trung Quốc được sử dụng để nói lên thực trạng này như gaofen dineng - dùng để chỉ học sinh có điểm số cao nhưng năng lực kém. Những học sinh này dành quá nhiều thời gian để học, nó nhiều đến mức các em không còn thời gian để đưa ra những sáng tạo của riêng mình. Sau khi Thượng Hải chiếm ngôi đầu trong bảng xếp hạng về Toán, Khoa học và Đọc năm 2013, lãnh đạo chương trình PISA Thượng Hải, ông Zhang Minxuan đã khuyến khích các bậc phụ huynh “dừng việc gây áp lực quá mức cho con cái bằng bài tập về nhà, giảm tải học thêm, giúp trẻ em có thêm thời gian để phát triển bản thân”.

Rõ ràng là trẻ em châu Á phải học hành vất vả hơn, nhưng điều làm nên sự khác

biệt giữa trẻ phương Tây và phương Đông không phải ở những giờ học trên trường học, mà là những gì diễn ra trong mỗi gia đình.

Ngay từ khi rất nhỏ, trẻ em Trung Quốc đã được nuôi dạy để tin rằng giáo dục là con đường duy nhất để dẫn đến thành công, điều đó không chỉ xuất phát từ cha mẹ mà từ đại gia đình. Bao gồm ông bà, cô chú bác, những người không ngần ngại nhắc nhở con cháu rằng đạt được điểm A trong mỗi bài kiểm tra là mang lại vinh dự cho gia đình. Trong khi ở phương Tây, trẻ em lớn lên với lời căn dặn "hãy là chính mình", trẻ em Trung Quốc được nuôi dạy với câu cảnh cáo "Học không cẩn thận thì sau này chỉ có nước đi ăn xin." Truyền thống hiếu thảo

của đạo Khổng đồng nghĩa với việc trẻ em Trung Quốc cũng nghe lời hơn.

Bên cạnh cuốn *Cô gái Harvard*, thì cuốn *Đó là lý do họ tới Đại học Bắc Kinh*cũng là ấn phẩm nuôi dạy con cái thu hút được nhiều sự quan tâm của độc giả. Trong cuốn sách này, ông bố Xiao Baiyou đã đưa ra triết lý "dạy con bằng đòn roi" và giải thích việc ông đánh đập ba đứa con đã giúp chúng vào được trường đại học danh tiếng như thế nào?.

Phương thức giáo dục của Trung Quốc bắt nguồn từ truyền thống hàng nghìn năm. Nói theo cách khác, để khiến học sinh Anh học theo cách mà học sinh Trung Quốc đã học, sẽ tốn nhiều công sức hơn, nó không phải chỉ là kéo dài

giờ học ở trường thêm vài tiếng mỗi ngày. Mà nó đòi hỏi sự thay đổi hoàn toàn về bản sắc văn hóa. Tuy nhiên, nhiều chính trị gia vẫn muốn nâng thứ hạng của trẻ em Anh trên bảng xếp hạng, nhưng chắc chắn điều đó sẽ không thể đạt được trong đợt thi của PISA sắp tới.

Những điều cực kỳ mâu thuẫn ở đây là mặc dù được nhiều nước ganh tị, nhưng chính Trung Quốc và Nhật Bản lại tự nhận hệ thống giáo dục của họ là một thất bại. Trong khi chính phủ phương Tây ra sức biến trường học ở các nước giống trường học châu Á, thì chính phủ các nước châu Á lại muốn thay đổi các trường học của họ theo hướng Tây hóa hơn, và sáng tạo hơn.

Trong khi chúng ta đang băn khoăn về điểm Toán của mình thấp, thì người Trung Quốc lại hướng sự chú ý vào một kết quả kiểm tra khác mà chúng ta không hề để ý, đó là kết quả kiểm tra khả năng sáng tạo và trí tưởng tượng, lĩnh vực Trung Quốc đứng thứ năm từ dưới lên. Kết quả thật sự bất ngờ khi tờ *Nhật Báo Trung Quốc* đưa lời cảnh báo: "Con em của chúng ta đã không còn cơ hội để sử dụng trí tưởng tượng nữa. Từ ngày đầu tới trường, chúng đã bị đẩy vào nền văn hóa thi cử, thi cử và thi cử."

Một số nhà giáo dục đã chỉ ra rằng, nền kinh tế châu Á phải dừng ngay việc bắt chước và bắt đầu sáng tạo, nếu không họ sẽ không bao giờ đạt được tiềm năng.

Mặc dù Trung Quốc đã đào tạo được một số lượng đáng kể người có học vấn cao bậc nhất thế giới, nhưng Công ty tư vấn McKinsey & Company vẫn đưa ra lời cảnh báo về một “Trung Quốc thiếu hụt tài năng”. Kết quả là, các trường đại học ở Trung Quốc đang thay đổi chính sách tuyển sinh của họ, nhằm khuyến khích các ứng viên sáng tạo hơn. Các cuộc thảo luận đang diễn ra tại Bộ Giáo dục Trung

Quốc bàn về việc bãi bỏ quy định giao bài tập về nhà cho học sinh tiểu học, khuyến khích cha mẹ cho trẻ tham gia hoạt động ngoại khóa nhằm giúp trẻ cân bằng hơn. Ngày càng nhiều bậc phụ huynh Trung Quốc tìm kiếm phương thức dạy con học tại nhà, bởi vì trong

trường học, việc trừng phạt học sinh đã bị giới hạn. Bên cạnh đó là sự bùng nổ các phương thức giáo dục thay thế, ví dụ sự xuất hiện của các trường bồi dưỡng tài năng Waldorf (Steiner) tại Trung Quốc. Trong một khảo sát gần đây, bốn trong mười bậc phụ huynh Trung Quốc cho biết, họ muốn gửi con đi học các trường học phương Tây.

Thầy Jiang Xuequin (Phó hiệu trưởng trường Trung học thuộc Đại học Bắc Kinh) lên tiếng chỉ trích cách giáo dục của Trung Quốc: “Đây rõ ràng là hệ thống giáo dục phục vụ thi cử, học sinh ngay từ bé đã được dạy cách làm bài kiểm tra. Hệ thống giáo dục học vẹt này là một thất bại mà ai cũng biết: thiếu kỹ năng xã hội và kỹ năng thực hành, thiếu

tính tự giác và trí tưởng tượng, điều đó sẽ làm mất đi tính tò mò và sự say mê học tập. Chúng ta chỉ thành công trong việc thay đổi hệ thống học đường Trung Quốc khi ta chứng kiến điểm số dần hạ xuống.”

LIỆU CÓ CÒN CON ĐƯỜNG NÀO KHÁC?

Vào ngày tôi sinh con gái đầu lòng năm 2001, tôi chưa bao giờ nghĩ rằng mình chuẩn bị nuôi dưỡng một chiến sĩ phục vụ mặt trận giữ vững nền kinh tế nước Anh trong tương lai.

Khi tôi lớn lên, nước Anh vẫn là một quốc gia quyền lực lớn trên thế giới, đó là ngôi nhà của Dickens và Shakespear, và là nơi có ngôn ngữ được sử dụng rộng rãi nhất trên thế giới. Thành thật mà nói, tôi đã cho rằng tôi không cần phải lo lắng gì về vai trò của con gái tôi trong nền kinh tế tương lai. Thậm chí tôi đã cảm thấy tự hào khi nghĩ rằng con có mọi thứ cần thiết để khởi đầu tốt đẹp.

Và sau đó, như chúng ta chứng kiến trên bảng xếp hạng thành tích học tập của trẻ em các nước trên thế giới, những quốc gia mà ta chưa từng nghĩ sẽ trở thành đối thủ cạnh tranh về thứ tự xếp hạng lại đang sản sinh ra những đứa trẻ (ít nhất là trên giấy tờ) xuất sắc hơn con cái chúng ta. Và có vẻ như giải pháp duy nhất cho chúng ta cứu vãn tình thế là phải kéo dài ngày học ở trường, rút ngắn các kỳ nghỉ, thêm nhiều bài kiểm tra và bài tập, và quan trọng nhất là phải thực hiện tất cả những điều này cùng với sự nghiêm khắc. Nhưng nhìn vào kết quả đã đạt được của hệ thống giáo dục Nhật Bản, Trung Quốc và Hàn Quốc, các nhà chính trị và các bậc phụ huynh hãy cẩn trọng khi đưa ra quyết định của mình.

Chúng ta cũng không nên quên rằng, có một quốc gia cũng luôn đạt thứ hạng cao trong bảng xếp hạng PISA, nhưng lại hoạt động hoàn toàn khác với mô hình các nước châu Á. Quốc gia này là quốc gia châu Âu, và là quốc gia duy nhất đứng thứ nhất bảng xếp hạng PISA trong năm đầu tiên, và luôn đứng trong top 5 kể từ đó trở đi. Khi các nước châu Á ra sức cạnh tranh nhau để giành vị trí đầu bảng, thì năm 2013, Phần Lan bị loại ra khỏi top 10 môn Toán trong tổng số 65 quốc gia.

Phần Lan là đất nước mà việc đi học của trẻ con chỉ thực sự bắt đầu khi trẻ đủ bảy tuổi, độ tuổi trẻ bắt đầu khao khát kiến thức, và trẻ không hề phải làm bài tập về nhà. Học sinh không phải trải qua các

bài kiểm tra chính thức cho tới tận khi các em đủ 16 tuổi. Không hề có thanh tra trường học hoặc xếp hạng nội bộ. Thay vì các kỳ thi quốc gia, quá trình học của học sinh được giám sát ngay tại lớp, việc giám sát được thực hiện bởi các giáo viên chất lượng cao. Không hề có sự cạnh tranh để vào trường học, bởi tất cả các trường đều được coi là tốt ngang nhau.

Tất cả những điều này nghe như một phép màu. Nhưng thực ra, cách đây hơn 40 năm, Phần Lan đã thực hiện một loạt cải cách. Sự thay đổi bắt đầu từ cuối thập niên 60, khi Phần Lan loại bỏ chế độ giáo dục hai hệ trường công – trường tư. Tới thập niên 80, họ loại bỏ phân loại học sinh. Tới thập niên 90, họ bãi bỏ

thanh tra trường học. Đây cũng là một nền văn hóa mang nặng giá trị của sự độc lập, và tính cá nhân của học sinh. Trẻ em tự đi xe đạp hoặc đi bộ tới trường – và trẻ cùng phối hợp với nhau trong các hoạt động trong lớp học.

Phần Lan không chỉ là quốc gia đạt thứ hạng cao trong bảng xếp hạng về "hiệu quả học tập", mà đây còn là đất nước của những đứa trẻ hạnh phúc nhất thế giới. Theo xếp hạng UNICEF về mức độ thịnh vượng của trẻ em, Phần Lan đứng thứ tư trên thế giới, nước Anh đứng thứ mười sáu và Mỹ đứng thứ hai sáu. Không phải tình cờ mà Phần Lan đạt thứ hạng cao trong bảng xếp hạng về "hiệu quả học tập". Rõ ràng là, cho dù học sinh Phần Lan dành ít thời gian học ở

lớp hơn, chỉ bảy tiếng mỗi ngày thay vì mười sáu tiếng mỗi ngày như học sinh tại Trung Quốc, nhưng các em vẫn đạt được những kết quả tốt nhất.

Tất nhiên không phải bất cứ kinh nghiệm nào cũng có thể áp dụng trực tiếp. Phần Lan là quốc gia nhỏ, nên cũng gặp ít vấn đề về việc trẻ em sống trong hoàn cảnh đói nghèo. Nhưng sự thể hiện của trẻ em Phần Lan đã cho ta thấy vẫn có những cách để giúp con em chúng ta phát triển, mà không làm cuộc sống của chúng trở nên khốn khổ.

CẠNH TRANH CÓ GIÚP TRẺ TỐT HƠN?

Chúng ta đang sống trong một nền văn hóa mà chúng ta luôn được nhắc nhở rằng cạnh tranh là điều tốt, và nó là quy luật tất yếu của cuộc sống.

Ngay từ khi sinh con ra, các bậc cha mẹ đã nhồi nhét vào đầu óc con thông điệp rằng, “chúng phải cạnh tranh để trở thành người giỏi nhất”. Từ những điều như: ai là cô bé xinh nhất, hay ai là cầu thủ giỏi nhất trong đội bóng mầm non, chúng ta đang giáo dục thế hệ tương lai rằng cuộc đời là một cuộc cạnh tranh không ngừng nghỉ. Trong xã hội ngày nay, liệu chúng ta có còn lựa chọn nào khác không? Các thành ngữ như ‘luật rừng’, ‘mạnh được yếu thua, và ‘thân ai

người ấy lo’ đã nhấn mạnh niềm tin rằng cho dù trong bất cứ hoàn cảnh nào, chúng ta cũng phải giành chiến thắng.

Kể cả khi nhìn thấy con cái mình buồn bã và lo lắng, chúng ta vẫn trung thành với cách nghĩ đó. Chúng ta luôn tự nhủ rằng, con sẽ phải quen dần vì đó là cách mà mọi người đang sống. Hẳn chúng ta là những cha mẹ tốt vì chúng ta đang giúp con cái cứng rắn hơn, chuẩn bị cho con những kĩ năng cần thiết để bước ra thế giới đáng sợ và rộng lớn? Tất nhiên chúng ta khăng khăng rằng chúng ta đang khuyến khích con cái khi nói “Con chỉ cần cố hết sức”. Nhưng trong thế giới cạnh tranh ngày nay, điều chúng ta thực sự muốn nói với con lại là “Con phải đứng đầu”.

Nhà giáo dục Alfie Kohn đã nghiên cứu, viết và trình bày trong gần 30 năm qua về những tác động của cạnh tranh. Trong bản báo cáo về các bằng chứng mà ông thu thập được suốt vài thập kỷ qua, ông nói rằng các nghiên cứu đã cho thấy sự cạnh tranh sẽ không giúp trẻ giỏi hơn. Theo quy luật, đa số mọi người đều thua trong một cuộc đối đầu cạnh tranh, nhưng người thắng cũng chẳng thấy vui vẻ gì hơn. Ngay khi giây phút vinh quang qua đi, họ bắt đầu lo lắng làm thế nào để giữ vững vị trí thứ nhất này.

Hãy áp dụng quy luật này khi nói đến trường học. Việc kiểm tra được thực hiện với độ tuổi ngày càng nhỏ, những trẻ không làm tốt ngay từ đầu sẽ ngay lập bị loại ra khỏi cuộc thi. Và những trẻ

có khởi đầu tốt, sẽ tiếp tục tranh đua không ngừng nghỉ để giữ được cảm giác bản thân mình có giá trị.

Ông Kohn chia sẻ: “Thành công bắt đầu được định nghĩa như là chiến thắng, mặc dù đó là hai khái niệm hoàn toàn khác biệt”. Kể cả khi một đứa trẻ giành được chiến thắng, thì theo tâm lý học mà nói, đứa trẻ sẽ rơi vào vòng quay đáng sợ của cạnh tranh: chúng càng cạnh tranh thì càng phải cạnh tranh nhiều hơn nữa để giữ vững thành tích mà chúng vừa đạt được.

Trẻ em đã vô tình bị cha mẹ đẩy vào những cuộc thi đua mà chúng không hề muốn, và chúng không còn thời gian để tự xây dựng ưu điểm cho bản thân. Khi

đứa trẻ phải chịu sự cạnh tranh ở trường và về nhà thì phải chịu áp lực từ cha mẹ, chúng sẽ cảm thấy như luôn bị phán xét cho dù chúng có thể hiện tốt thế nào đi chăng nữa.

Điều trớ trêu ở đây là sự cạnh tranh không hề giúp con cái chúng ta phát triển tốt hơn mà hậu quả của nó còn tồi tệ hơn rất nhiều. Trong số những nghiên cứu suốt sáu mươi năm qua, có 65 nghiên cứu chỉ ra rằng trẻ học tốt hơn trong trường hợp chúng làm việc phối hợp chứ không phải cạnh tranh nhau, 8 nghiên cứu đưa ra kết luận ngược lại, và 36 nghiên cứu cho rằng không có sự khác biệt lớn.

Khi một nhiệm vụ càng phức tạp và khó, người tham gia sẽ càng thể hiện kém, lý do là vì sự lo lắng đã lấn áp khả năng suy nghĩ của họ. Trong tình huống kiểm tra, sức mạnh của bộ não đáng lẽ được dùng để suy nghĩ câu trả lời, nhưng nó lại phân tán vào việc lo lắng liệu đối thủ có trả lời tốt không. Khi chụp bộ não của những người đang chơi trò giải đố, các nhà khoa học đã thấy rằng nếu họ phải cạnh tranh với đối thủ, trung khu thần kinh sợ hãi dễ bị kích hoạt hơn. Sự phân tán của bộ não sẽ khiến họ mất nhiều thời gian hơn để trả lời câu hỏi. Nói tóm lại, cạnh tranh làm gia tăng sự căng thẳng, và đưa bộ não vào trạng thái đương đầu hoặc chạy trốn (một dạng phản ứng cấp tính với stress của bộ não)

và làm gián đoạn khả năng làm việc của bộ não. Có trường hợp, cạnh tranh sẽ giúp chúng ta sẽ thể hiện tốt hơn do chúng ta cảm thấy mong muốn chiến thắng, nhưng điều đó sẽ là ngược lại nếu chúng ta thấy mình kém hơn đối thủ.

Như vậy, thay vì giúp trẻ trẻ tạo dựng một cơ sở vững chắc để phát triển, việc cạnh tranh từ tuổi nhỏ lại lấy đi nền tảng để trẻ lớn lên mạnh mẽ và yên ổn. Mong muốn thành công không có gì là sai, nhưng chúng ta cần đặt ra câu hỏi: Liệu chúng ta có nên dạy trẻ rằng, thành công luôn phải được đánh đổi bằng thất bại của những người khác? Và với việc dạy trẻ rằng mỗi người phải vì bản thân mình, thì phải chăng chúng ta đang biến thế giới này thành một nơi rất cô đơn?

Nhưng có cách nào để thay đổi được đây? Dù sao đi nữa, chẳng phải người ta vẫn nói cạnh tranh là bản năng? Và mặc dù nhà khoa học Darwin chưa bao giờ chính thức phát biểu thuyết sinh tồn theo cách ấy, nhưng chúng ta vẫn luôn luôn nói về khái niệm “kẻ sống sót phù hợp nhất” như nòng cốt để phát triển xã hội. Tuy nhiên, các nhà nhân chủng học nghiên cứu hành vi động vật lại không nghĩ có thể khẳng định rõ ràng như thế. Trong khi có một số trường hợp cạnh tranh để giành quyền giao phối với con cái và giành nguồn tài nguyên khi những thứ này khan hiếm, thì khi tài nguyên dồi dào lại có rất nhiều ví dụ của sự phối hợp trong thế giới loài vật.

Loài tinh tinh thường đánh nhau rất ác

liệt khi tranh giành thức ăn do nguồn tài nguyên hạn chế hoặc tranh giành bạn tình. Trong khi đó một loài họ hàng gần của chúng, khỉ bonobos lại có cách sống dung hòa hơn, chúng chăm sóc con cái của nhau, duy trì mối quan hệ tình dục mở, và cùng phối hợp để tìm thức ăn.

Nền văn minh là một minh chứng cho việc chúng ta càng hợp tác thì càng hiệu quả cao. Lý thuyết coi cạnh tranh là nòng cốt phát triển xã hội tỏ ra không phù hợp khi đem so sánh với thực tế xảy ra tại một số nền văn hóa, ví dụ nước Mỹ, vốn là nền văn hóa cạnh tranh mạnh nhất. Là cha mẹ, chúng ta làm mọi cách để con có thể đạt được những chuẩn mực xã hội. Ở Mỹ, các bậc cha mẹ luôn nghĩ rằng cạnh tranh chính là điều thiết

yếu tạo nên sự tự tin cho trẻ. Trong những xã hội có tính hợp tác hơn như Mexico, các nhà nghiên cứu thấy rằng tư tưởng của các bậc cha mẹ hoàn toàn khác. Họ tin rằng con cái sẽ tự tin hơn nếu được làm việc cùng nhau.

Cuộc chạy đua giữa Nga và Mỹ để đưa người đầu tiên lên Mặt trăng chính là một minh chứng rõ ràng cho thấy vì sao cạnh tranh lại có thể trở thành vật cản. Như ông Kohn đã chỉ ra rằng: Nếu hai quốc gia trên thay vì cạnh tranh mà chia sẻ kiến thức và hợp tác với nhau thì việc chinh phục Mặt trăng của loài người sẽ nhanh hơn nhiều. Thực tế thì, các nghiên cứu đã cho thấy khi trẻ em được khuyến khích cùng hợp tác làm việc, chúng không chỉ cảm thấy vui vẻ vì được chia

sẻ tài năng và có cảm giác tốt về bản thân, mà chúng còn trở nên hào hứng sáng tạo hơn.

Trong một nghiên cứu, trẻ em được đề nghị thực hiện một số bức tranh cắt dán. Một số trường hợp trẻ cạnh tranh giành giải thưởng, một số thì không. Bảy nghệ sĩ sau đó đã chấm điểm các tác phẩm hoàn thành. Kết quả cho thấy bức tranh của những đứa trẻ cố gắng giành giải thưởng ít sáng tạo hơn. Còn những đứa trẻ không chịu áp lực từ giải thưởng, lại tạo ra những bức tranh phong phú và giàu trí tưởng tượng.

PHÁ VỠ LUẬT LỆ

Tại sao tình trạng gian lận tăng cao

Dưới đây là một số thống kê nhanh.

Số lượng học sinh bị bắt quả tang gian lận tại các trường đại học hàng đầu đã tăng nhanh từ năm 2011. Theo OxbridgeEssays.com – một công ty chuyên nhận viết bài luận thuê – thì công ty nhận được khoảng 10.000 đơn đặt hàng mỗi năm từ học sinh trung học và sinh viên đại học. Chín trong mười trẻ em cảm thấy áp lực khi phải thắng trong các trò chơi thể thao. Hai phần ba trong số đó nói lí do mà chúng đưa ra để gian lận là giả vờ chấn thương hoặc câu giờ. Có một trong mười sinh viên Anh, và một trong sáu sinh viên Mỹ thừa

nhận đã sử dụng các loại thuốc làm tăng cường khả năng tập trung hoạt động não, giữ mình tỉnh táo và cải thiện kết quả học tập. Tình trạng gian lận đã lan nhanh đến mức một số trường đại học đang nghĩ đến việc áp dụng kiểm tra sử dụng thuốc đối với sinh viên trong các kỳ kiểm tra.

Không chỉ là vấn đề của riêng các nước phương Tây. Ở Trung Quốc, trong kỳ thi đại học (được gọi là gaokao), các thí sinh nữ bị cấm mặc áo lót và tất cả các thí sinh phải bước qua máy quét kim loại để phát hiện thiết bị liên lạc không dây. Những trang web như spystudent.com công khai bán các loại bút, đồng hồ có gắn camera để thí sinh gửi hình ảnh câu hỏi cho người bên

ngoài phòng thi, và người bên ngoài sẽ gửi lại câu trả lời cho thí sinh thông qua một thiết bị gắn ở tai thí sinh.

Tất nhiên việc gian lận thi cử đã diễn ra từ rất lâu trong quá khứ. Nhưng vẫn còn nhiều bằng chứng cho thấy xu hướng này đang gia tăng. Sự gia tăng này không hẳn chỉ vì ngày nay có thể dễ dàng sử dụng công nghệ cho việc quay cóp, hay vì việc ăn cắp bài luận trên internet đơn giản hơn.

Giáo sư khoa Tâm lý giáo dục của Đại học bang Ohio, Eric Anderman, đã nghiên cứu về gian lận học đường trong nhiều thập kỷ qua. Nghiên cứu của ông đã chỉ ra rằng: gian lận tăng lên khi học sinh tin rằng mục đích duy nhất của việc

học là để có kết quả thi tốt, và khi học sinh liên tục bị so sánh.

Tuy nhiên, không chỉ có học sinh là những người phá vỡ quy định. Dưới áp lực của hệ thống giáo dục ngày nay, giáo viên, hiệu trưởng và phụ huynh cũng cảm thấy họ không có cách nào khác ngoài việc phải bẻ cong luật lệ. Theo như nhóm Giám sát Thi cử Anh, càng ngày càng có nhiều giáo viên bị phát hiện hành vi cung cấp cho học sinh những sự hỗ trợ “không phù hợp” để chuẩn bị cho các kỳ thi. Trong năm 2013, có 135 trường học bị phạt vì cho học sinh thêm giờ làm bài kiểm tra, giám sát không đúng yêu cầu, hoặc ‘vô tình’ giao trước nội dung sẽ kiểm tra vào bài tập hè cho học sinh. Các giáo viên

còn bị tố cáo đã cung cấp câu trả lời cho học sinh trong phòng thi, hoặc cho học sinh thêm thời gian để làm bài.

Các bậc cha mẹ hổ cũng không ngoại lệ. Số lượng cha mẹ nộp đơn thông báo con họ bị bệnh, ví dụ như cảm cúm và đau đầu trong kỳ thi A level và kỳ thi GCSE (nhằm để xin thêm điểm ưu tiên) đã tăng lên một cách đáng ngờ trong vòng 5 năm qua, tỉ lệ này không dưới 20%.

Dường như việc nói dối và cố tình làm sai trở thành điều bắt buộc phụ huynh phải làm để giúp con. Số lượng các vụ điều tra phụ huynh cố tình khai man để giúp con được nhận vào trường (ví dụ như việc cung cấp địa chỉ sai hoặc nói dối về tôn giáo của con để hưởng ưu

tiên) đã tăng lên tới mười một lần.

Khi xu hướng gian lận ngày càng tăng nhanh, các thầy hiệu trưởng cũng không chịu ngồi yên. Tại các trường tư, để đảm bảo xếp hạng của trường, hiệu trưởng chỉ để những học sinh họ biết chắc sẽ đạt kết quả xuất sắc tham gia thi những môn nhất định, và những học sinh yếu hơn được "gửi đi đâu đó" trước mỗi đợt thi A level hay GCSE. Qua thống kê từ kết quả thanh tra, đã phát hiện ra nhiều trường hợp hiệu trưởng cho học sinh yếu kém nghỉ ở nhà khi có đợt thanh tra, mà không hề ghi báo cáo vắng mặt, để giữ cho trường có thứ hạng cao.

Đây là vấn đề mà ngay cả các nhà khoa học xã hội và những nhà tâm lý học đều

cho rằng khó giải quyết. Giáo sư tâm lý học của Đại học Stanford Carol Dweck tin rằng việc gian lận sẽ xảy ra nhiều hơn khi trường học không còn là nơi để học và phát triển, mà trở thành một viện bảo tàng trưng bày sự thông minh của trẻ thông qua bảng điểm. Khi mong muốn thành tích còn tiếp tục, thì việc gian lận càng có cơ hội được áp dụng.

Cùng lúc đó, số bậc phụ huynh cố kéo con mình ra khỏi hệ thống giáo dục đang tăng lên. Tính riêng tại Anh, các chính quyền địa phương đã ghi nhận số trẻ được dạy học tại nhà[1] tăng hơn 60%. Theo Hội đồng tuyển chọn trường học của Hạ Nghị viện gần đây cho biết, có tới 150.000 trẻ đang theo học hệ thống giáo dục ngoài hệ thống trường chính

quy, và con số này đang tăng nhanh chóng. Nguyên nhân dẫn đến tình trạng này bắt nguồn từ số lượng bài kiểm tra quá lớn tại các trường học.

[1] *Homeschool (cách gọi tại Mỹ) hay Home Education (cách gọi tại Anh và các nước Khối Thịnh vượng chung) – học tại nhà hoặc học tại cộng đồng - được coi là một hình thức thay thế cho học tại trường công và tư, và là hình thức học hợp pháp được công nhận tại nhiều nước.*

Thực tế, đây đang là xu hướng toàn cầu. Ở Mỹ, nơi mà chương trình học chuẩn hóa đang bị áp đặt tại các trường học, số lượng học sinh chuyển sang học tại nhà đã tăng 36% trong vòng năm năm qua.

Nhiều phụ huynh nói rằng, họ quyết định cho con học tại nhà vì họ nghĩ đây là cách tốt nhất để đảm bảo con họ được đối xử như một thành viên của xã hội, và vì có nhiều bằng chứng cho thấy những đứa trẻ học tại nhà không cảm thấy bản thân phải chịu đựng áp lực như khi học ở trường. Thay vì bị mai một, những đứa trẻ này lại học tốt hơn. Có những dấu hiệu cho thấy các trường đại học tại Mỹ và Anh bắt đầu ưu tiên học sinh được giáo dục ngoài hệ thống trường học hơn, vì những học sinh này suy nghĩ độc lập và sáng tạo hơn.

Khi giáo dục tại nhà chỉ là giải pháp cho một số hộ gia đình nhất định, nó cũng là bằng chứng cho thấy có lẽ không cần đến phương pháp nuôi dạy con kiểu

cạnh tranh, mà vẫn giúp con phát huy được tài năng của mình.

PHẦN HAI: PHƯƠNG PHÁP NUÔI DẠY CON CẠNH TRANH VÀ ÁP LỰC TRƯỜNG HỌC ĐÃ ẢNH HƯỞNG NHƯ THẾ NÀO ĐẾN CON CÁI CHÚNG TA

Khi Bella tròn sáu tuổi, bé bắt đầu nói rằng bé ghét làm Toán. Mỗi khi bé mang bài tập Toán về nhà, cha mẹ bé lại cảm thấy lo sợ, bởi vì bé sẽ chẳng bao giờ lấy sách vở ra khỏi cặp sách mà không hét lên “Con chán lắm rồi!”

Khi cha mẹ cố gắng giảng giải cho bé hiểu và giúp bé học, bé luôn tỏ ra lưỡng lự khi phải tự làm bất cứ phần bài tập nào. Chỉ cần một câu không vừa ý, dù

đó có là lời hướng dẫn nhẹ nhàng về cách làm bài, hay nhắc nhở bé nên cố gắng tự trả lời câu hỏi cũng sẽ ngay lập tức khiến bé nổi cáu. Nếu Bella có đưa ra câu trả lời nào, thường đó chỉ là bé đoán mò. Cách cư xử của Bella – bao gồm cả việc ngồi ườn ra ghế khi phải học – cho thấy có vẻ như bé đang làm mọi thứ có thể để tránh phải động não suy nghĩ. Lần nào cũng vậy, buổi phụ đạo sẽ kết thúc bằng việc Bella lấy tay ôm đầu và hét lên “Con thật ngu dốt”, sau đó ném sách xuống sàn nhà.

Vào buổi họp phụ huynh, giáo viên của Bella dường như tin rằng cô bé đơn giản là không có khả năng học. Và giáo viên cũng không hề ngại ngần khi nói thẳng với mẹ của bé rằng: Bella sẽ không bao

giờ đạt kết quả thi cao.

Lo lắng con có thể bị chứng bệnh khó học Toán – một loại bệnh tương đương với chứng khó đọc, nhưng liên quan tới con số, cha mẹ Bella là anh Simon và chị Sophie vội đưa bé tới gặp bác sĩ tâm lý giáo dục. Bác sĩ kết luận rằng: Bella có khả năng nhận thức cao hơn mức bình thường, và bé không hề mắc bệnh gì cả. Nhưng bác sĩ cũng nhận ra một điều là Bella bị thiếu tự tin, vì bé không tin mình có khả năng học Toán.

Ngay từ khi mới bắt đầu đi học, Toán học đã trở thành môn học đáng sợ trong suy nghĩ của Bella, nó luôn khiến bé ở trong trạng thái lo lắng và sợ hãi. Nói cách khác, não bộ của bé sẽ tự đóng lại

khi phải đối mặt với thách thức. Nên ngay lúc bé cần bộ não hoạt động tốt nhất, thì não bộ lại đóng lại. Nói theo nghĩa đen, mỗi khi học Toán tâm trí bé đều trở nên trống rỗng.

Ở trường học, trong mỗi buổi kiểm tra Toán, Bella thường ngồi yên lặng, và chỉ dành hầu hết thời gian để quan sát quanh lớp, bé luôn hậm hực nghĩ rằng hẳn các bạn đều trả lời đúng trong khi bé trả lời sai. Giống như nhiều trẻ em bị chứng lo âu học đường, bé kiềm giữ cơn thịnh nộ và chỉ thể hiện mỗi khi về nhà.

Thực sự thì Sophie không bao giờ có chủ ý gây áp lực cho con gái. Là một trí thức thành công, đã từng theo học và đạt thành tích xuất sắc tại một ngôi trường

danh giá, cô chỉ trông đợi con gái sẽ tiếp bước mình theo cách tự nhiên. Cô chưa bao giờ nghĩ sẽ ép con gái phải noi gương cô, bởi vì cô biết điều đó với con thật sự không dễ dàng.

Phải chịu đựng căng thẳng do áp lực công việc, nhất là khi luôn bị các sếp gửi email và gọi điện giao việc bất kể ngày đêm, Sophie cảm thấy thật khó lòng giữ kiên nhẫn trước thái độ giận dữ của Bella. Đôi lúc, khi Sophie cảm thấy bất lực với con mình, cô mất bình tĩnh và nổi nóng. Nhất là giờ đây, chứng kiến con gái mình đứng đội sổ trong lớp về kết quả môn Toán, Sophie trở nên vô cùng lo lắng.

Tất cả những gì Sophie muốn là cho con

một số lời khuyên để giúp con cải thiện tình hình, nhưng có vẻ điều đó không đem lại hiệu quả. Thực tâm Sophie không hề muốn thúc ép con gái, nhưng rõ ràng đó là điều mọi người thấy khi nhìn từ ngoài vào; chỉ đơn giản Sophie không thể chịu được khi thấy con gái càng ngày càng đánh mất sự tự tin vào bản thân.

Nhưng đối với Bella, tất cả những gì mẹ cố làm chỉ khiến bé cảm thấy như đang bị chỉ trích. Chẳng cần những lời kêu gọi phải cố gắng nhiều hơn, Bella đã rất cảm thấy rất khó khăn khi nghĩ bé không đủ giỏi. Và để tránh trở thành mục tiêu bị mẹ nhắm vào, bé trở nên khép kín, bé không cho ai biết về kết quả các bài kiểm tra, và không nói chuyện với mọi

người ở trường nữa. Mỗi khi mẹ bước vào phòng để trò chuyện với bé, bé sẽ tìm cớ để lảng tránh và bỏ ra ngoài.

Khi Bella đã ngủ, Sophie bắt đầu phàn nàn với chồng về thái độ khó chịu và hờn dỗi của con gái. Có điều gì đã xảy ra với đứa trẻ đó? Chẳng phải họ đã cho bé tất cả những gì có thể? Họ đã làm gì mà con gái lại trở nên vô cảm như vậy? Simon chỉ đưa ra nhận xét rằng bé Bella lười học và cần chăm chỉ hơn.

Và giờ đây, khi Sophie phải làm việc vất vả hơn để trả tiền thuê gia sư cho con lên tới 60 bảng Anh mỗi giờ, và cô cảm thấy việc thuê gia sư cho con giống như đang ném tiền qua cửa sổ vì bé Bella vẫn nhất quyết không chịu học.

Và rồi một buổi chiều khi Sophie tới đón con gái ở trường về, cô chợt bàng hoàng nhận ra rằng cô không còn mong chờ để được gặp con – đứa con mà cô đã từng nghĩ rằng cô không thể rời xa nó một giây phút nào. Và cô quyết định phải tìm kiếm sự giúp đỡ.

Ngày hôm sau, cô gọi tới một nhà tư vấn nuôi dạy trẻ để nhờ phân tích xem có chuyện gì không ổn đang xảy ra với Bella. Nhưng sau khi nghe tóm tắt câu chuyện, nhà tư vấn nói bà không cần gặp Bella, người bà cần gặp chính là Sophie và Simon.

Trong buổi tư vấn, bà lắng nghe cặp vợ chồng kể về mối quan hệ của họ với con gái đang xuống cấp trầm trọng, chuyên

gia đã ngắt lời họ và nói: “Có vẻ như bé Bella cảm thấy luôn bị chỉ trích nặng nề. Tôi nghĩ anh chị có thể đang bị mất dần mối liên hệ với con mình.”

CÂU CHUYỆN CỦA BELLA KHÔNG PHẢI LÀ CÁ BIỆT

Tôi chọn bé Bella làm ví dụ về việc thế giới cạnh tranh có thể gây tác động ra sao tới con cái chúng ta. Nhưng câu chuyện của bé không hề cá biệt. Ngược lại, một trong mười trẻ em ở độ tuổi từ năm tới mười sáu ở Anh đang phải chịu một loại vấn đề sức khỏe tâm thần nào đó, thậm chí còn tệ hơn của Bella. Tất nhiên không phải tất cả các trường hợp đều liên quan tới stress do trường lớp mang lại, nhưng rõ ràng các áp lực trường lớp nói cho cùng cũng chẳng giúp tình trạng trẻ khá hơn.

Tôi chọn Bella vì bé là một trong những ví dụ tiêu biểu nhất. Câu chuyện của Bella là điển hình của việc trẻ có thể vẫn

phải chịu áp lực cho dù chúng được sinh ra trong những gia đình khá giả, có cha mẹ yêu thương và tài giỏi. Nỗi sợ của Bella về thành tích học tập kém sẽ không bao giờ được giải quyết bằng câu nói “hãy cố lên”. Học thêm giờ, làm thêm bài kiểm tra, hay đưa ra các tiêu chuẩn cao hơn, cũng sẽ không có tác dụng gì cho việc giúp bé tiến bộ hơn.

Nếu như cha mẹ bé không tìm tới chuyên gia nhờ giúp đỡ để biết cách ứng xử phù hợp và làm giảm áp lực cho bé, thì có lẽ Bella sẽ càng trở nên xa lạ với cả gia đình và việc học hành. Hơn thế nữa, các nghiên cứu chỉ ra rằng việc bé tự chỉ trích bản thân và có cái nhìn tiêu cực về thế giới ở độ tuổi quá nhỏ như vậy sẽ khiến bé dễ mắc chứng rối loạn lo

âu và trầm cảm khi lớn lên. Đa số những người bị mắc các chứng bệnh sức khỏe thần kinh mãn tính, các biểu hiện triệu chứng bệnh đầu tiên thường xuất hiện trước tuổi mười bốn.

Là một đứa trẻ nhạy cảm, bé Bella lo sợ về năng lực bản thân, và việc người lớn tỏ thái độ thất vọng đã khiến bé mất niềm tin vào giá trị bản thân. Khi người ngoài nhìn vào, họ có thể nghĩ Sophie chính là đại diện mẹ hổ điển hình. Do hoảng loạn, Sophie đã thử làm mọi việc có thể, từ thuê thầy dạy thêm cho tới việc đăng kí cho bé tham gia các khóa học bổ sung nhằm giúp kéo con khỏi sự mặc cảm và tự ti. Nhưng sự thật là, cả hai mẹ con đều rơi vào nghịch cảnh, Bella cảm thấy bé không thể làm tốt

được việc gì. Vậy nên, nên bé cũng chẳng buồn thử nữa.

Tất nhiên cách phản ứng của trẻ đối với áp lực mà trẻ gặp sẽ phụ thuộc vào thái độ của những người xung quanh, và phụ thuộc vào mối quan hệ giữa trẻ và cha mẹ. Các nhà tâm lý học đã quan sát và thấy rằng, những đứa trẻ có nền tảng vững chắc sẽ cảm thấy tự tin để bộc lộ những lo lắng của mình. Một đứa trẻ không có mối quan hệ thân thiết với cha mẹ, sẽ tìm cách giấu giếm sự bất an. Thay vì phản đối nền văn hóa giáo dục cạnh tranh, Sophie và Simon cùng nhiều bậc phụ huynh khác lại tỏ ra đồng tình và ủng hộ nền giáo dục này. Điều đó đã vô tình biến họ trở thành nguyên nhân gây ra những vấn đề tâm lý của con cái.

Trong xã hội của chúng ta, các bậc cha mẹ thúc ép này thường được khắc họa bằng hình ảnh người thép, luôn nóng như lửa đốt. Họ thường cố hỏi lý do tại sao con mình không được phân vai chính trong vở kịch ở trường? Hay tại sao con không được làm đội trưởng đội bóng? Thậm chí chính các bậc cha mẹ thúc ép lại thích chế giễu các bậc cha mẹ thúc ép khác, nhằm khiến mọi người nghĩ họ không giống như vậy. Và mặc dù chúng ta thấy thích thú khi chế giễu họ, nhưng sự thực là đa số các bậc cha mẹ này không còn sự lựa chọn nào khác ngoài trở thành cha mẹ "thúc ép". Khi bàn đến vấn đề giáo dục con cái, mỗi người làm cha mẹ thường cảm thấy trách nhiệm của họ là phải làm mọi cách để con được phát triển vượt trội hoặc ít

ra cũng phải ngang bằng với chúng bạn.

Các nghiên cứu chỉ ra rằng, sự can thiệp của cha mẹ thực sự giúp nâng cao cơ hội thành công của con cái. Nhưng nếu can thiệp cực đoan, hoặc can thiệp thiếu sự thận trọng và nhạy cảm, thì sẽ dẫn đến những hậu quả ngược lại.

Nói rộng hơn lên, việc thúc ép quá mức có thể gây tổn hại nghiêm trọng tới mối quan hệ của cha mẹ và con cái.

TRẺ NHỎ ĐANG PHẢI ĐỐI MẶT VỚI NHỮNG NGUY CƠ MỚI

Như tôi đã nhắc đến trong phần giới thiệu, nếu chỉ nhìn bên ngoài thì có vẻ như chưa bao giờ trẻ em lại có những điều kiện tốt như hiện nay.

Hãy nhìn vào phòng ngủ của một đứa trẻ bình thường để bạn cảm nhận được rõ hơn những điều tôi vừa nói. Chẳng phải phòng ngủ của bọn trẻ thời nay trông giống như kho báu của Aladdin đó sao? Theo một khảo sát đã thực hiện, một đứa trẻ vị thành niên thông thường sở hữu đồ dùng với tổng trị giá 5.257 bảng Anh, quần áo tổng trị giá 1.000 bảng Anh, và khoảng 250 bảng Anh cho các hoạt động luyện tập thể chất. Và khi rời ngôi nhà, bọn trẻ cũng an toàn vì không phải lo

lắng về các loại bệnh dịch, chiến tranh, bạo lực hơn bất cứ thời đại nào của lịch sử loài người.

Thực ra, các nguy cơ trẻ phải đối mặt lại đang có xu hướng chuyển dần từ phía bên ngoài vào bên trong. Điều đó được thể hiện trong gia đình và trường học, nơi đứa trẻ đang có xu hướng phải chịu sự thúc ép và áp lực chưa từng có. Tất cả các trò chơi giáo dục, tất cả những lớp học tiện nghi và trang trí vui nhộn cũng không thể che giấu thực tế là trẻ em hiểu rất rõ chúng đang bị áp lực là luôn phải thể hiện mình thật tốt.

Sự tiến bộ về dinh dưỡng và y tế ngày nay khiến đứa trẻ sinh ra có thể đạt tuổi thọ tới 100 tuổi, và những điều kiện nuôi

dạy con như chúng ta áp dụng ngày nay đã trở thành nguyên nhân tạo nên những thế hệ trẻ em buồn bã nhất trong lịch sử. Tổ chức từ thiện về vấn đề sức khỏe tâm thần trẻ em YoungMind đưa ra dự đoán rằng, khoảng gần một triệu trẻ em trong độ tuổi từ 5 tới 15 đang phải chịu đựng các vấn đề sức khỏe tâm thần như chứng trầm cảm hoặc chứng lo lắng, và có vẻ con số này vẫn tiếp tục tăng lên.

Tổ chức tư vấn trẻ em ChildLine cho biết, số lượng cuộc gọi họ nhận được liên quan tới căng thẳng thi cử ngày càng tăng. Báo cáo cho thấy, đa số các cuộc gọi đến đường dây tư vấn đều nói về tình trạng “hoảng sợ, áp lực nặng nề và choáng váng” do các em cảm thấy tương lai của đời mình phụ thuộc vào

kết quả các cuộc thi.

Với lứa tuổi thanh thiếu niên, các em không phải chỉ chịu đựng cảm giác lo sợ và thiếu hụt mà bên cạnh đó, còn dễ phát sinh những bệnh lý nguy hiểm hơn như chứng tự hại bản thân, chứng biếng ăn, hoặc tìm kiếm sự giải thoát bằng những thuốc kích thích, rượu và tình dục không an toàn.

Vào thời đại ngày nay khi tiêu chuẩn đặt ra cho các em khắt khe hơn, các em cũng lại là thế hệ dễ bị phân tâm nhất. Đa số các trường học hiện nay giao bài tập về nhà trên máy tính, khi ngồi trước máy tính, các em khó mà tránh được sự cám dỗ của các trang mạng xã hội để tập trung làm bài tập. Và trên mạng xã hội,

các em gái được “chấm điểm” dựa trên hình thể và khuôn mặt, nghĩa là giờ các em không chỉ cần thông minh học giỏi là đủ, mà các em còn cần tỏ ra xinh đẹp và dễ thương nữa.

Nếu như ở thời chúng ta còn đi học, chúng ta thường ganh đua với nhau xem ai có cặp sách đẹp nhất, thì ngày nay, trẻ em phán xét nhau trên mọi phương diện: điện thoại, laptop, quần áo thời trang, vẻ bên ngoài và sự nổi tiếng.

Trong khi các thế hệ trước có thể vui vẻ về nhà sau những giờ học và bỏ lại trường học phía sau lưng, thì giờ đây trẻ em không thể thoát khỏi thế giới internet, nơi những trò bắt nạt qua mạng và những cuộc ganh đua diễn ra không

ngừng.

Cùng với việc dồn áp lực lên trẻ, chúng ta đang lấy đi khả năng chống đỡ của trẻ bằng việc cho chúng ít thời gian để chơi đùa, ít tiếp xúc với tự nhiên, cũng như ít thời gian và cơ hội để trẻ tìm hiểu bản thân. Trước khi trẻ biết mình là ai, thì các bậc cha mẹ và bạn đồng lứa đã ra sức nói với trẻ rằng trẻ phải là người thế nào.

Tất nhiên từ xưa tới nay sự cạnh tranh vẫn luôn tồn tại. Các kỳ thi O level và A level vẫn luôn là các mốc quan trọng trong hệ thống giáo dục, và kết quả của các kỳ thi sẽ quyết định con đường tương lai của chúng ta. Tuy nhiên, điều khác biệt ngày nay là các kỳ kiểm tra bắt

đầu ở độ tuổi quá nhỏ, và quá dồn dập. Thời trước, trẻ em được kiểm tra đánh giá khi chúng đã đủ lớn và phát triển đầy đủ các khả năng trí tuệ, thì giờ đây, chương trình học vỡ lòng lại đánh giá, kiểm tra trẻ ngay từ khi chúng còn mặc tã. Tại trường tiểu học, trước kia trẻ có những bài kiểm tra nhỏ trong lớp, và làm bài dưới sự giám sát của giáo viên. Giờ đây, trẻ thường xuyên phải thực hiện các bài thi quốc gia, và luôn bị nhắc nhở rằng danh tiếng của nhà trường và giáo viên sẽ phụ thuộc vào kết quả thi của các em.

Nếu trước kia, chỉ khi học cuối cấp ba, trẻ mới phải tập trung vào ba hay bốn môn học chuyên. Thì giờ đây, trẻ phải cố kiếm càng nhiều điểm A qua các kì thi

càng tốt trong suốt quá trình đi học, bởi kết quả học tập của các kì là cơ sở cho việc chọn trường đại học.

Và cho dù trẻ có đạt thành tích học tập cực kỳ xuất sắc, với những điểm A chói lọi trong học bạ, thì tương lai của trẻ có thể vẫn phải phụ thuộc vào việc viết một bài luận 5.000 từ, với chủ đề hoàn toàn không liên quan chuyên ngành, để nhận chứng chỉ Extended Project Qualification – đây được coi là thứ dùng phân định thắng thua giữa các ứng viên nộp đơn vào trường đại học.

Nếu ở thế hệ trước, việc giỏi một hoặc hai môn đã là đủ tốt, thì giờ đây để được coi là thực sự thành công, một đứa trẻ phải làm tốt ở mọi lĩnh vực. Và nếu trẻ

không giỏi toàn diện, thì chắc chắn sẽ bị nhắc nhở, dạy dỗ, và bị bắt buộc tham gia thêm nhiều hoạt động ngoại khóa cho tới lúc đạt được kết quả như cha mẹ mong đợi.

Để đạt được mức điểm như trước kia, trẻ em thời giờ phải học nhiều hơn mới có thể đạt được, rõ ràng vì chương trình học bị cho là quá dễ dàng – lý do là vì với những bài tập như vậy mà những trẻ em ở các nền văn hóa hoàn toàn khác biệt như Đông Á lại đạt kết quả học tốt hơn. Thế giới vốn được coi là đầy triển vọng với trẻ em, nhưng giờ đây chúng lại đang bị bóp nghẹt, đã qua thời bảng điểm học lực khá cũng đủ giúp trẻ đảm bảo chắc chắn có được chỗ trong một trường đại học tốt.

Và thậm chí khi tốt nghiệp đại học, các thế hệ đi trước thường rời trường đại học mà không nợ nần và họ tự tin sẽ tìm được việc phù hợp với bằng cấp. Thì giờ đây, các cử nhân rời trường đại học với món nợ học phí khoảng mười nghìn bảng Anh, và không có một đảm bảo nào về công việc. Lần đầu tiên trong lịch sử, cử nhân đại học phải làm việc không công, thậm chí có trường hợp phải trả tiền để được làm việc cho công ty. Thật chẳng trách tại sao con cái chúng ta lại cảm thấy tương lai thật vô vọng.

GIA TĂNG HIỆN TƯỢNG STRESS Ở TRẺ EM

Trong một căn phòng có ánh đèn sáng mờ, bao quanh bởi những bức tường sơn màu xanh dịu, các học sinh tiểu học đang ngồi thành vòng tròn trên sàn nhà, và mát-xa cho nhau. Các em đều mặc đồng phục học sinh, đưa những bàn tay bé nhỏ nắn bóp cổ, vai, lưng và cánh tay cho bạn cùng lớp ngồi trước mặt.

Các đây vài năm, trường Tiểu học New Brighton ở vùng Wallasey, Merseyside đã sử dụng một khoản trợ cấp của chính phủ để xây dựng Lâu Đài Tĩnh Lặng, nơi có một thác nước nhỏ, một ghế thư giãn cùng giá đựng những chai tinh dầu thơm xinh xắn. Ở trong lâu đài này, các em học sinh còn có thể sử dụng một

phần mềm máy tính, giúp gắn một loại máy chiếu lên ngón tay các em, và từ đó phát ra những hình ảnh đem lại cảm giác bình yên như các thảo nguyên, những bông hoa đua nở, hay những con suối chảy róc rách.

Chỉ cách đây không lâu, người ta thường bật cười khi ai đó nói trẻ con có thể bị stress. Những liệu pháp thư giãn nói trên có lẽ chỉ được áp dụng cho những người lớn phải chịu áp lực công việc và cuộc sống cực lớn. Và giờ đây, trường New Brighton là một trong sáu trường của nước Anh bắt đầu dạy trẻ em cách mát-xa giúp giảm căng thẳng. Khi stress đã trở thành vấn nạn lớn nhất trong môi trường công việc đối với người trưởng thành ở nước Anh, điều đó làm tiêu tốn

chi phí lên đến 3,7 tỷ Bảng Anh mỗi năm – và nó cũng đang dần gây tác động xấu tới trẻ em.

Tất nhiên stress không phải điều gì mới xuất hiện. Stress (căng thẳng thần kinh) là một dạng cơ chế tồn tại quan trọng của cơ thể, giúp chúng ta khởi động trạng thái ‘sống-còn’ và giúp vượt qua những tình huống nguy hiểm, ví dụ như khi chúng ta bị săn đuổi bởi thú săn mồi. Nhưng về mặt sinh học, bộ não của chúng ta chỉ được lập trình để đối phó với những đợt stress ngắn hạn. Vậy mà trong cuộc sống hiện đại, những căng thẳng do stress mang lại dường như lại liên tục tăng lên.

Về mặt tâm lý học, cách bộ não phản

ứng với stress ở người lớn và trẻ em không có gì khác biệt, và từ khi lên ba tuổi, trẻ đã có thể thể hiện những hành vi do tác động của stress gây ra. Nói cho cùng, khi các em ở tuổi chập chững, các em không bao giờ được ở yên một mình, khi tới tuổi nhi đồng, các em không bao giờ được tự do chơi đùa, khi tới tuổi thiếu niên, các em không bao giờ được tự suy nghĩ. Điều đó đơn giản là vì chúng ta đưa cho con dùng những chiếc điện thoại iPhone và iPad, nhưng lại không cảm thấy tin tưởng để mặc con với những thứ đồ chơi công nghệ đó.

Giờ đây, cụm từ “giờ cao điểm” không chỉ áp dụng với môi trường công sở. Cuộc đua bắt đầu khi cha mẹ cố gắng phóng xe thật nhanh đưa con tới nhà trẻ

để kịp giờ đi làm – và sau đó lại phóng xe thật nhanh từ chỗ làm tới nhà trẻ đón con để cố tránh phải nộp phí đón chậm.

Khác với người lớn, trẻ nhỏ không thể tự kiểm soát cuộc sống của mình. Chúng cũng thiếu vốn từ, thiếu khả năng hiểu biết, thiếu nguồn lực để đối phó với những căng thẳng mà chúng phải đối mặt liên tục hằng ngày. Trẻ không hề có kiến thức hay kinh nghiệm để hiểu cảm giác của mình và chúng chưa biết tìm ra cách đối phó phù hợp. Phải tới tận lúc trẻ đủ lớn và bắt đầu sự nghiệp riêng, chúng mới biết được rằng: Việc trò chuyện với bạn bè có thể giúp giảm căng thẳng, việc tới phòng tập thể dục có thể giúp thư giãn cơ bắp và đầu óc, và việc đi ngủ sớm một hôm sẽ giúp

ngày hôm sau dễ chịu hơn.

Giờ đây, trẻ em ở trường học cũng phải trải qua những đánh giá về năng suất và chất lượng giống như người lớn ở nơi làm việc. Theo một khảo sát điều tra, cứ ba học sinh tiểu học ở Birmingham thì có một học sinh chịu ảnh hưởng stress nặng do các bài kiểm tra SAT tới mức chúng không thể ăn hay ngủ được. Và khoảng một nửa – chính xác là bốn mươi tám phần trăm – trẻ em không thể tập trung vì quá lo lắng. Bốn mươi ba phần trăm trẻ em đã thừa nhận rằng điều khiến chúng lo lắng là sợ làm gia đình thất vọng.

Bệnh viện Priory, nổi tiếng là nơi khám chữa bệnh cho các ngôi sao gặp vấn đề

về nghiện ngập hoặc trầm cảm, hiện nay đã mở trung tâm khám chữa bệnh dành riêng cho thanh thiếu niên.

Đối với người lớn, stress là nguyên nhân hàng đầu dẫn đến tình trạng vắng mặt lâu dài tại nơi làm việc, thì đối với trẻ em, khi bị stress chúng lại thể hiện bằng cách không chịu đi học. Ước tính ở Anh cứ năm trẻ thì có một trẻ đang phải chịu đựng hội chứng “sợ tới trường”.

Tất nhiên chúng ta không thể kỳ vọng sẽ giúp con cái mình không bao giờ phải chịu đựng stress, nhưng chúng ta có thể đặt mục tiêu giúp con chỉ phải chịu stress ở một mức độ vừa đủ mà tính cách và khả năng của con có thể chịu đựng.

Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng, một chút căng thẳng lo lắng có thể giúp con người thể hiện tốt hơn. Nhưng khi có quá nhiều hoóc môn stress, năng suất làm việc sẽ tụt giảm, và ta sẽ mất đi khả năng ghi nhớ và xử lý thông tin. Stress được coi là tốt đối với trẻ khi trẻ cảm thấy mình làm chủ và tự tin rằng chúng có thể xử lý tốt khi gặp thách thức và khi áp lực đó là ngắn hạn. Stress sẽ trở nên không tốt khi trẻ thấy bất lực và sự lo lắng sợ hãi của trẻ tăng lên không ngừng.

Trẻ em thường gặp khó khăn khi tìm ngôn từ để diễn đạt cảm giác của mình, nên chúng có xu hướng che giấu cảm xúc nhiều hơn người lớn, điều này lâu dần có thể hình thành các triệu chứng

tâm thần như các cơn đau đầu và đau dạ dày không rõ nguyên do. Các bậc cha mẹ lại thường gặp khó khăn rất lớn trong việc phân biệt những dấu hiệu cảnh báo này với những cơn ốm vặt thông thường của con.

Một trong những bạn cùng lớp của bé Bella, cô bé Jasmine mười tuổi, lại đối phó với sự lo lắng theo cách khác. Thay vì không làm bài tập như Bella, bé Jasmin lại thức khuya để làm đi làm lại bài tập cho đến khi chúng thật hoàn hảo. Chỉ một lỗi chính tả nhỏ của bài tập có thể khiến cô bé xé tan vở và làm lại từ đầu.

Khi tới lớp, các giáo viên thường khen ngợi Jasmine vì bài tập trình bày thật

đẹp đẽ và chính xác. Lo lắng vì thái độ cầu toàn cực đoan của con gái, cha mẹ Jasmin đã phải bắt ép cô bé dừng thức khuya và đi ngủ.

Mỗi ngày vào buổi sáng, cô bé Jasmine sẽ chỉnh lại ga giường tới ba bốn lần, cô bé vuốt từng nếp nhăn nhỏ nhất, đặt từng chú gấu bông vào đúng vị trí. Nếu bất cứ ai có ý định ngồi lên giường của cô bé, thậm chí là nếu chú mèo của bé trèo lên cũng khiến bé trở nên tức giận và buồn bã. Và ngay cả bản thân bé cũng không thể giải thích được tại sao việc này lại quan trọng với bé đến thế.

Việc dọn giường tỉ mỉ và mất quá nhiều thời gian cũng khiến bé Jasmin trở nên lo lắng bị đi học muộn, nhưng bé dường

như không thể cảm thấy yên ổn làm gì khác nếu thấy cách sắp xếp đồ trên giường chưa thực sự khiến bé hài lòng.

Trong lớp của Bella và Jasmin còn có bé trai tên Jack. Khi bị tụt xuống vị trí đội sổ, bé đã rơi vào trạng thái rối loại lo âu. Bé đi học thêm cả ở trường và gia sư. Nhưng Jack thấy vô cùng xấu hổ vì bạn bè biết bé cần sự hỗ trợ. Do có rất nhiều bài kiểm tra đột xuất trong năm học, nên giáo viên thường yêu cầu các học sinh tự chấm điểm cho nhau. Và Jack lại càng xấu hổ hơn khi các học sinh khác nhìn thấy bé bị điểm kém. Vì đây vẫn là giai đoạn hình thành cái tôi của trẻ, nên bé đã tin rằng mình sẽ luôn xấu hổ như vậy.

Trong khi Bella và Jasmine không thể hiện sự âu lo tại trường học, thì trường hợp của Jack lại thể hiện rõ ràng hơn nhiều. Khi cảm giác lo lắng của bé tăng lên, bé sẽ cố gắng tránh các tình huống căng thẳng bằng cách trốn vào nhà vệ sinh. Nhưng vấn đề là bé càng trốn lâu trong nhà vệ sinh, bé càng cảm thấy lo lắng về việc lỡ như những đứa trẻ khác thắc mắc xem bé đã đi đâu. Và thực tế là, những đứa trẻ khác đã bắt đầu gọi Jack là “đồ lập dị”.

Nếu trạng thái lo lắng không biểu hiện ở cấp tiểu học, thì nó có xu hướng càng trở nên nghiêm trọng và thể hiện ra rõ ràng hơn ở cấp trung học.

Andrea học lớp Chín, cô bé đã bị mất đi

sự tự tin từ khi học tiểu học và bé chưa bao giờ tìm lại được nó. Khi cô bé chuẩn bị cho các kỳ thi GCSE, cuộc sống của cô bé tràn ngập những cuộc cãi cọ với người mẹ cả lo, Sally. Chị Sally từ lâu đã không còn mong muốn con gái mình đạt thành tích học tập đứng hàng đầu nữa, chị chỉ mong Andrea có ý thức học tập và làm gì đó trước khi quá muộn.

Nhưng Andrea đã đối phó với chuỗi kết quả học tập thấp bằng cách tránh xa việc học tập. Cô bé làm bài tập theo kiểu đối phó, không ghi lại ngày thi cũng không ghi chép những nội dung cần ôn tập. Và khi cô bé nhận điểm kém, cái nhìn tiêu cực về năng lực bản thân lại càng được khẳng định.

Andrea học ở một học viện danh tiếng, nơi mà đáng lẽ phải giúp bé phát huy hết tài năng của mình. Nhưng tới lúc này, thay vì tìm hiểu nguyên nhân dẫn đến những hành vi của Andrea, các thầy cô giáo chỉ đưa ra những gạch xóa và lời phê bình kín đầy các bài kiểm tra của cô bé. Andrea cũng đã được đề nghị tham gia những lớp học tăng cường năng lực hành vi, nhưng cô bé luôn trốn tránh.

Andrea bắt đầu không chịu tới trường. Thái độ trì hoãn cộng với những đêm tranh luận tới khuya với mẹ về vấn đề bài tập (thực ra Andrea thích việc cãi nhau với mẹ hơn là việc ngồi làm bài tập), khiến cho cô bé ít khi đi ngủ trước 11 giờ đêm. Và bởi vì cô bé phải dậy từ 6 giờ 45 phút sáng hôm sau, điều đó

khiến cô bé cảm thấy mệt mỏi và thường cáu kỉnh mỗi buổi sáng.

Do cha của Andrea thường phải đi làm từ rất sớm, nên không ai giúp Sally kéo cô con gái ra khỏi giường mỗi sáng. Quá chán nản, Sally thỏa thuận bắt con gái hứa sẽ “chỉ được nghỉ hôm nay” và phải đi học vào hôm sau, rồi sau đó cô gọi tới trường xin cho con gái nghỉ ốm.

Cùng học với Andrea còn có cô bé Laura. Đây là một cô bé thông minh xinh đẹp, mà chắc hẳn bạn sẽ không ngạc nhiên nếu một ngày nào đó bạn nhìn thấy bé xuất hiện trên báo chí với danh hiệu thủ khoa.

Là một cô bé đa tài tham gia đội bóng

hockey của trường, Laura thẳng thắn tuyên bố rằng: Cô bé tin mình sẽ luôn đứng đầu trong mọi hoạt động. Tuy nhiên, gần đây chuyên gia hướng nghiệp đưa ra lời khuyên rằng, mặc dù cô bé có năng khiếu thể thao, nhưng nên cho bé tham gia các hoạt động ngoại khóa khác để làm đẹp hồ sơ xin học vào những trường đại học danh tiếng.

CHIA SẺ THỰC TẾ

Giữa tụi con gái với nhau, thì áp lực đồng đẳng cực kỳ quan trọng. Có một bé trong nhóm 14 tuổi với con gái tôi đã khiến cả lớp khó chịu, vì bé nói bé luôn đứng đầu mọi môn học. Chính vì vậy những đứa con gái khác đã tập hợp lại, trao đổi bài với nhau để có điểm cao

hơn nhằm hạ bệ nó.”

Cô Caroline, mẹ của ba con

“Cháu không cho rằng đến trường là để được giáo dục. Cháu nghĩ đến đó là để giành điểm cao, để giành suất vào trường đại học tốt, và sau đó là kiếm được việc làm lương cao, chắc chắn đấy là con đường dẫn tới hạnh phúc. Việc luôn đứng đầu rất quan trọng với cháu. Cháu luôn so sánh điểm, và nếu cháu bị điểm thấp hơn các bạn, cháu sẽ cố gắng và chăm chỉ hơn.”

Tara, 15 tuổi

“Cháu cảm thấy như để có thể vào được một trường đại học hàng đầu, cháu

không thể làm gì khác ngoài học. Nhưng hình như không có sự lựa chọn nào cả. Nếu không giỏi tất cả mọi thứ, thì cháu không thể được nhận vào trường. Và nếu không vào được một trường đại học danh tiếng, thì đời cháu sẽ chẳng còn gì. Đúng là bế tắc."

Edward, 17 tuổi

"Ngày nào mà cháu không có quá nhiều bài tập, thì cháu được ngủ không quá 6 tiếng. Còn hôm nào nhiều bài, chắc cháu phải thức tới tận hai giờ sáng mới làm xong. Một vài đứa bạn cùng lớp 12 với cháu còn thức thâu đêm. Bọn cháu chỉ mong tới cuối tuần để được ngủ bù."

Madeleine, 17 tuổi

Cha mẹ Laura không bao giờ phải lo nghĩ việc thúc ép con gái mình, bởi cô bé đã tự đặt ra những mục tiêu học tập quá cao để theo đuổi. Thực tế thì mẹ cô bé chỉ mong con gái dành chút thời gian để nghỉ ngơi, đặc biệt là khi Laura vẫn tích cực học cả trong kỳ nghỉ hè. Khi mẹ cô bé đề nghị cả nhà đi nghỉ một tuần ở vùng Easter đầy nắng ấm, Laura đã từ chối đi và nói rằng: Cô bé không thể mang theo hết sách vở được, và việc ôn tại nhà để chuẩn bị cho các kỳ thi sắp tới sẽ dễ hơn là trên bãi biển.

Sự lo lắng của Laura ngày càng bộc lộ rõ, khi cô bé bắt đầu gặp hoảng loạn trước kỳ thi. Cô bé cũng bắt đầu bị kích động khi nhận kết quả một bài thi khoa học là 82/100, và nói với mẹ mình rằng

đáng lẽ cô bé phải cố làm tốt hơn.

Xu hướng cầu toàn đặc biệt phổ biến ở các em nữ, nhất là với những em khi còn nhỏ đã dễ bảo và luôn cố gắng làm trẻ ngoan. Các em nữ sinh thường có xu hướng đánh giá bản thân thông qua kết quả thi hơn là các nam sinh. Vào thời đại khi các em nữ thể hiện xuất sắc hơn các em nam ở trường, và có cơ hội bình đẳng về việc làm. Xu hướng cầu toàn càng có chiều hướng tăng lên, khi nhiều bậc cha mẹ đặt ra những mục tiêu cao nhất cho con gái mình.

Cho dù các bậc cha mẹ không thể hiện điều đó trực tiếp, nhưng những mong muốn về một đứa con tài giỏi vẫn được họ thể hiện thông qua những hành động

không lời ngay trong gia đình. Mặc dù không có chủ ý, nhưng các bậc cha mẹ đang tạo cho con một suy nghĩ rằng ai cũng phải xuất sắc, đặc biệt khi họ luôn nhắc nhở trẻ về hình ảnh một "gia đình thành công".

Trong khi một số em gái sẵn sàng đón nhận thách thức, thì những em khác lại chìm nghỉm trong áp lực. Thêm vào đó, khi các em đến tuổi vị thành niên, các em bắt đầu chịu đựng áp lực phải cố gắng đáp ứng tiêu chuẩn vẻ đẹp hình thể hết sức khắt khe. Đây không phải chỉ là thói đua đòi. Ngày nay, các em gái hiểu rằng, các em có thể bị tẩy chay bởi các bạn đồng trang lứa nếu tỏ ra thua kém.

Theo ý kiến của giáo sư Carrie Paechter,

trường Cao đẳng Goldsmiths thuộc Đại học London, các em gái phải chịu áp lực khi các em nghĩ rằng mình phải xuất sắc trong mọi lĩnh vực từ thể thao cho tới học văn hóa. “Ở các trường tư giàu có, có những em gái được coi là ‘dự án’ của cha mẹ. Các em học hai tới ba loại nhạc cụ thuần thục, chơi thể thao xuất sắc và học văn hóa giỏi, các em tự thấy như đó là nghĩa vụ của mình… Nhưng một vài em trong số đó đã mắc chứng biếng ăn vì stress, trong khi trường học thì chỉ quan tâm tới thành tích mà các em đạt được ra sao.”

Đã tới lúc các trường học tốt cần nhìn vào học sinh và nói với các em rằng: “Cách học của các em không ổn, các em đang làm quá nhiều việc cùng lúc.” Và

một trường học tốt cần phải nói cho học sinh biết: “Em sẽ không thể đạt mức xuất sắc ở quá nhiều thứ như vậy, cho dù đó là điều em muốn.”

Một ví dụ khác về hậu quả của áp lực thành công, đó là sự gia tăng của các hành vi tự hại. Cô Sue Minto (Giám đốc của chương trình ChildLine) cho biết: Hành vi tự hại đang là một trong năm mối lo hàng đầu xảy ra ở trẻ em từ mười bốn tuổi trở lên, và độ tuổi này đang ngày càng giảm dần.

Theo thống kê năm 2012 của NHS, các bệnh viện đã tiếp nhận và điều trị hơn 18.000 em gái và 4.600 em trai trong độ tuổi 10 tới 19, vì các hành vi tự hại ở trẻ đã tăng 11% so với năm trước đó. Con

số này cũng tăng 30% cho trẻ trong độ tuổi từ 10 tới 14. ChildLine cho biết, chương trình đã tiếp nhận tư vấn 47.000 cuộc điện thoại trong 12 tháng vừa qua đối với các trẻ em có ý định thực hiện hành vi tự hại, tăng 40% so với năm trước đó.

Hành vi tự hại đã tồn tại trong lịch sử loài người theo các cách khác nhau. Đa số khi còn đi học, chúng ta đã từng chứng kiến người bạn nào đó nhai tóc hoặc cắn móng tay đến chảy máu. Nhưng hiện nay, các bậc phụ huynh và nhà trường đang phải đối mặt với những dạng hành vi tự hại nghiêm trọng hơn – và có vẻ như các hành vi này đang lan truyền nhanh chóng. Các hành vi lan truyền nhanh chóng một

phần do sự cổ vũ của một số trang web và sách báo, trẻ em coi đó là xu hướng quyến rũ và thời thượng. Kết quả của việc này là xu hướng hành vi tự hại lan truyền với tốc độ nhanh chóng, và các em học sinh bắt đầu lập ra “những câu lạc bộ cắt”. Và càng ngày càng có nhiều học sinh tham gia, các em đồng trang lứa đều tỏ ra tò mò muốn thử.

Có nhiều lý do phối hợp giải thích cho câu hỏi tại sao trẻ vị thành niên thực hiện hành vi tự hại. Trường hợp hiếm xảy ra là do một sự việc đơn lẻ khơi dậy. Thường thì hành vi này được tích lũy bởi tâm trạng tự ti, tuyệt vọng và bi quan kéo dài. Hình thức thể hiện hành vi tự hại có thể phong phú tới mức không ai nhận ra. Cô Rachel Welch của trang

web selfharm.co.uk cho biết: Cô đã từng gặp những em gái cố tình đi giầy thật nhỏ so với cỡ chân, hay những em đeo các vật rắn sắc cạnh trong âm đạo. Kể cả việc sống bầy đàn – nơi mà các cô gái trẻ cho phép nhiều nam giới lạm dụng tình dục mình – cũng có thể là một cách thể hiện hành vi tự hại.

Thống kê của NHS cho thấy, các em trai cũng có hành vi tự hại. Nhưng thường ít được thể hiện ra rõ ràng, vì hành vi này được nhìn nhận như một dạng vấn đề phụ nữ. Đối với các em trai, tự hại được thể hiện theo nhiều hình thức khác nhau như tự đánh bản thân, đấm vào tường hoặc gây gổ đánh nhau.

Trong khi bé gái thường có xu hướng

che giấu sự giận dữ để duy trì hình ảnh “hoàn hảo”, thì bé trai lại ít có xu hướng đó. Bé trai thường thể hiện hành vi tự hại bằng hình thức uống rượu, chơi các trò chơi điện tử bạo lực, hay xem phim 18+ trên mạng.

Cô Rachel nhấn mạnh rằng, hành vi tự hại gây ảnh hưởng tới mọi mặt của xã hội. Cô đã chứng kiến nhiều trẻ có hành vi này trong môi trường trường học. “Không chỉ những trẻ học lực kém, cả những em đang học ở các trường hàng đầu Oxbridge cũng có hành vi này. Điểm chung duy nhất giữa các em là tại thời điểm các em thực hiện hành vi tự hại, đau đớn thể xác thường giúp các em cảm thấy giảm áp lực đau đớn tinh thần mà mình đang phải chịu đựng.”

Tuy hành vi tự hại không phải là một vấn đề mới, cô Rachel tin rằng mức độ sẽ trở nên trầm trọng đối với trẻ em ngày nay: “Nếu trước kia chỉ là sự cạnh tranh xem ai có hộp bút đẹp hơn, ai may mắn sở hữu máy nghe nhạc Walkman. Thì giờ đây sẽ là điện thoại model bạn dùng là gì? Hay bạn có bao nhiêu người theo dõi trên Facebook và Twitter?”

PHỤ HUYNH VÀ BẠN CÙNG LỨA

Áp lực từ mọi phía

Đối với những bậc cha mẹ tin rằng mình đã cho con cái mọi tình yêu thương và sự bao bọc trên đời, thì việc phải chấp nhận rằng con có thể đang chìm sâu dưới áp lực là điều không hề dễ dàng. Trong những gia đình không có các lý do hiển nhiên dẫn đến khủng hoảng tâm lý trẻ em – ví dụ như cha mẹ ly dị hay những mối quan hệ trong gia đình xuống cấp – thì ban đầu, cha mẹ coi những triệu chứng stress ở con cái là biểu hiện của sự lười biếng, yếu đuối, và nổi loạn tuổi vị thành niên. Đây là lý do dẫn đến hiện trạng cha mẹ không kịp thời tìm kiếm sự giúp đỡ cho con.

Nhà tâm lý trị liệu Madeleine Levine đã khảo sát và cho thấy rằng, trẻ em thuộc các gia đình trung lưu chính là đối tượng chịu rủi ro cao nhất. Nhưng trong thực tế, trẻ em đến từ các gia đình khá giả lại là đối tượng dễ bị tổn thương hơn. Cô Lenvine cho biết, có khoảng 30 - 40% trẻ từ 12 tới 18 tuổi thuộc các gia đình khá giả có những biểu hiện tâm lý đáng lo ngại.

Có một hiện tượng đang xảy ra phổ biến ở các bậc cha mẹ tầng lớp trung lưu là tình trạng "ở mọi nơi và không đâu cả". Trong khi các bậc cha mẹ quá sốt sắng quan tâm tới kết quả học tập của con cái, họ lại dường như không hề để tâm tới nhu cầu cảm xúc của con. Do các bậc cha mẹ tầng lớp trung lưu luôn nghĩ

rằng họ đã cho con “tất cả những gì con cần”, nên họ cũng hi vọng thu được nhiều hơn những gì họ đã trao cho con và họ hi vọng con cái là một sự đầu tư mang lại kết quả lớn.

Cô Lenvine cho rằng: “Trong khi chúng ta chưa hiểu hết mức độ ảnh hưởng của cách nuôi dạy lên con cái, thì phương pháp nuôi dạy vẫn là thứ duy nhất chúng ta có thể kiểm soát hoàn toàn được. Khởi nguồn của việc nuôi dạy con là các bậc cha mẹ không cho phép mình để con cái không được hạnh phúc.”

Cô cũng tin rằng vấn đề nằm ở chỗ: “Chúng ta quá chú tâm tới kết quả thu được, và thay vì việc tập trung vào con chúng ta là người thế nào, chúng ta lại

chỉ quan tâm đến việc con thể hiện như thế nào."

Nhưng tất nhiên cha mẹ cũng chỉ là một mảnh ghép của bức tranh lớn.

Nhà tâm lý học trị liệu người Mỹ, Suniya Luthar, của trường Đại học Bang Arizona, cũng tiến hành nghiên cứu vấn đề: Tại sao những đứa trẻ sinh ra trong gia đình có điều kiện tốt lại dễ bị tổn thương hơn so với những đứa trẻ của thế hệ trước đó? Tương tự như nghiên cứu của cô Levine, cô Luthar tìm ra rằng, trẻ em thuộc những gia đình có mức thu nhập hằng năm hơn 100.000 bảng Anh có mức độ mắc chứng lo âu và trầm cảm cao gấp hai lần những trẻ thuộc các gia đình kém khá giả hơn.

Không chỉ các bậc cha mẹ đặt ra quá nhiều đòi hỏi với trẻ, mà ngay cả các giáo viên, huấn luyện viên và bạn đồng trang lứa cũng gây ra cho trẻ những áp lực lớn không kém. Cô Deanne Jade (thuộc Trung tâm Quốc gia Điều trị chứng Rối loạn ăn uống) tin rằng, đó là một bức tranh tổng hợp các yếu tố. Thông thường, người ta cho rằng việc các bà mẹ thúc ép hay chỉ trích là nguyên nhân gây ra chứng rối loạn ăn uống, đặc biệt là chứng biếng ăn ở trẻ. Cô Jade tin rằng, câu trả lời không chỉ đơn giản như vậy. “Những người mắc chứng rối loạn ăn uống thường có bản tính cạnh tranh cao, khi làm các bài trắc nghiệm tính cách, điểm số So sánh Xã hội của họ thường cao hơn người khác.”

“Truyền thông ngày nay đang góp phần làm mọi chuyện trở nên tệ hơn. Áp lực trực tiếp do truyền thông gây ra không quá lớn. Cái đáng sợ của truyền thông là tạo ra áp lực ngầm khi dựng lên một loạt tiêu chuẩn không thể đạt được.”

“Điều này hình thành sự bất hạnh, và nó rất dễ ảnh hưởng tới những người có trạng thái sức khỏe tâm thần không vững vàng. Chúng ta thường không thấy sự ảnh hưởng này thể hiện ở trẻ trong độ tuổi thơ bé. Nhưng ở độ tuổi vị thành niên, điều này sẽ dẫn đến việc hình thành các chứng rối loạn ăn uống và các hành vi liều lĩnh ở trẻ”.

Cô Jade cho rằng, trẻ em luôn ý thức về việc hình thành những phẩm chất quan

trọng chúng cần có, ví dụ như xinh đẹp, thông minh, nổi tiếng, thể thao năng động. “Nhưng ngày nay, có quá nhiều lĩnh vực và tiêu chuẩn đặt ra cũng quá cao. Điều này đồng nghĩa với khoảng cách giữa “con người thực sự của trẻ và con người mà trẻ mong muốn trở thành” càng ngày càng xa.

GIA TĂNG VẤN NẠN TỰ SÁT Ở VỊ THÀNH NIÊN

Sự gia tăng tình trạng tự sát ở thanh thiếu niên đang gióng lên hồi chuông báo động. Tại nước Anh, tự sát trở thành nguyên nhân đứng thứ hai gây ra số vụ tử vong ở lứa tuổi từ 15 tới 19, chỉ đứng sau tai nạn giao thông. Trên toàn thế giới, theo ước tính của tổ chức Y tế Thế giới WHO, có khoảng một triệu người trẻ tuổi cố gắng tự sát mỗi năm, trong đó, số vụ tự sát thành công là hơn 164.000.

Có nhiều nguyên nhân dẫn đến tình trạng tự sát ở người trẻ. Theo như ông Alastair Sharp, Phó Giám đốc Trung tâm Hiệp hội Người làm phúc Hồng Kông, thì chính nền giáo dục chú trọng vào thi

cử phải “chịu trách nhiệm trong việc gia tăng các vấn đề tâm lý”.

Theo kết quả một nghiên cứu được tiến hành trên 6.000 học sinh Anh do tổ chức Người làm phúc thực hiện, đã cho thấy: Những người có ý định tự tử hoặc có hành vi tự hại là do stress và lo lắng về việc học hành, nguyên nhân này còn lớn hơn cả việc trẻ bị bắt nạt và các vấn đề quan hệ cá nhân. Kết quả tương tự cũng được khẳng định tại nhiều nơi trên thế giới. Ông Sharp tin rằng, đã tới lúc phải chấm dứt kiểu giáo dục trường học tạo ra quá nhiều áp lực lên học sinh bằng cách đặt ra mục tiêu học sinh phải đạt kết quả tốt.

“Cần phải bãi bỏ cách giáo dục theo

hướng kiểm tra đánh giá, thay vào đó áp dụng những ý tưởng giáo dục nhân văn hơn. Có nghĩa là, đồng thời với việc phát triển trí tuệ và cảm xúc, điều cần chú trọng là dạy các em nhỏ cách sống hạnh phúc và lành mạnh hơn.”

GIÚP CON ĐẠT HẾT TIỀM NĂNG

Xin lưu ý một điều, đây không phải là cuốn sách tìm lý do giúp trẻ em né tránh việc học hành.

Trẻ em cần phải phát huy được tiềm năng, nhưng cha mẹ cũng cần tìm một phương pháp giáo dục cân bằng để giúp trẻ phát huy được hết tiềm năng mà không gây hại tới tâm lý trẻ.

Ngày nay, nhiều bậc cha mẹ coi mình như cầu nối đưa con tới thành công. Nhưng thực ra, trẻ sẽ tiến xa hơn nếu chúng tự tìm ra được động lực cho riêng mình, và chúng cũng sẽ tự trang bị tốt hơn để đối phó với những thử thách của con đường dẫn đến thành công trong tương lai. Nếu ta muốn biết con mình sẽ

đi tới đâu trong tương lai, thì trước hết hãy nhìn xem con mình đang đứng đâu trong hệ thống giáo dục hiện tại.

ĐIỀU GÌ CÓ THỂ LÀM VỚI TRẺ MẪU GIÁO

Nếu bạn bước vào một chi nhánh bất kỳ của hệ thống trường mẫu giáo Crème de la Crème ở Mỹ, bạn sẽ nghĩ mình vừa lạc vào thế giới cổ tích. Khu trường mẫu giáo được xây theo kiểu khu phố cổ nước Anh thế kỷ XIX thu nhỏ, được sơn màu pastel nhạt và trang trí bởi những dãy đèn lấp lánh. Các gian hàng thu nhỏ hai bên phố được trang trí bằng những tấm biển hiệu kiểu cổ viết bằng tiếng Pháp. Và qua cửa kính của gian hàng, ta có thể thấy những cánh cửa được trang trí bằng những món đồ chơi biết cử động.

Các chi nhánh của Crème de la Crème trải rộng khắp 9 bang nước Mỹ và đều

có chung kiểu kiến trúc như vậy. Thực chất thì những con phố nhỏ kiểu cổ này được xây dựng bên trong một gian nhà kho khổng lồ, và mặt tiền của cửa hàng thực ra là mặt ngoài của các lớp học "bồi dưỡng tài năng" dành cho các môn học như tiếng Tây Ban Nha và Khoa học Máy tính. Cứ nửa giờ trôi qua, các nhóm học sinh mẫu giáo lại đổi môn học. Các bé còn được đóng vai người dẫn chương trình ti vi và tự giới thiệu một mẩu tin hay dự báo thời tiết, và tin này sẽ được chiếu trên một màn hình khổng lồ.

Nghe có vẻ kỳ lạ và giả tạo, nhưng Crème de la Crème được gọi là "Đại học thu nhỏ" dành cho trẻ mẫu giáo. Tại đây, người ta nói với các bậc cha mẹ rằng con cái họ sẽ được trang bị tất cả kỹ

năng cần thiết để thành đạt trong cuộc sống. Khi những học sinh bé xíu này tròn bốn hoặc năm tuổi, các bé không chỉ được tốt nghiệp với mũ áo lễ phục, mà người ta còn tổ chức cả một buổi tiệc khiêu vũ tốt nghiệp Prom cho các bé. Cô Cathy Brown, Giám đốc Dịch vụ tại một trong những chi nhánh của trường tại bang Georgia, đã giải thích: “Đa số các em ở đây rồi sẽ vào học tại các trường tiểu học tư danh tiếng và sẽ trở thành các lớp trưởng. Các em tự tin và luôn sẵn sàng cho những bước tiếp theo.”

Như nhà vật lý trị liệu Glenn Doman đã từng nói, xu hướng mới trong giáo dục thường được khởi nguồn từ Mỹ và nhanh chóng lan rộng ra khắp các nước châu Âu. Trên khắp nước Anh, các nhà

trẻ mọc lên như nấm sau mưa. Ngày trước, nhà trẻ thường được đặt tên theo các bài thơ mẫu giáo, thì giờ đây tên của các nhà trẻ lại được đặt theo kiểu như Clever Tots (Bé nhí thông minh) hoặc Little Einsteins (Thần đồng nhỏ).

Cách thiết kế trường mẫu giáo ở Anh tuy có thiếu đi một số chi tiết cổ điển như ở Mỹ, nhưng về nội dung, cũng vẫn tập trung vào xây dựng con đường học tập và thực hiện theo dõi đánh giá. Thậm chí, khu vui chơi của một số nhà trẻ chỉ được sơn hai màu đen – trắng nhằm mục đích giúp các bé tập trung tốt hơn. Có lẽ họ thấy một tấm bảng đen với phấn trắng trong lớp là chưa đủ, nên họ quyết định phải tạo ra cả một căn phòng với hai màu đó? Những bộ bàn ghế cỡ nhỏ

được đánh dấu bằng một thứ tiếng nước ngoài xa lạ nào đó, rõ ràng điều đó chỉ để làm thỏa mãn yêu cầu của các bậc phụ huynh chứ không hề giúp gì cho trẻ vỡ lòng.

Việc dựng lên một trang web giới thiệu trường, với cách sử dụng phông chữ kiểu Peterpan đầy vẻ cổ tích cũng chẳng thể giấu đi tham vọng của trường. Thậm chí trước khi các em bé tròn hai tuổi, các bé đã bị ép buộc phải học những môn đặc biệt giúp cho sự phát triển, bao gồm môn “Học chữ” và “Toán”.

Tại một trường mầm non ở Bắc London, một tấm bảng lớn liệt kê thành tích suốt 5 năm liên tiếp của trường được treo lên, với danh sách những học sinh của

trường đã đỗ vào những trường tư thuộc loại có danh tiếng nhất. Và để làm yên lòng những bậc cha mẹ lo xa, tấm bảng ghi chú thêm: “Xin vui mừng thông báo rằng chín học sinh cũ của trường đã đỗ và sẽ nhập học Oxbridge vào tháng Chín tới đây”.

Gửi con tới các trường kiểu này giống như mua bảo hiểm. Và kho báu ở cuối con đường giáo dục này sẽ là một trường đại học hàng đầu, và một sự nghiệp đáng mơ ước. Ngày trước, đa số cha mẹ và học sinh chỉ thực sự bắt đầu quan tâm tới chọn trường đại học khi trẻ bước vào lớp 11. Nhưng giờ đây, những mảnh ghép domino cho trường đại học tương lai đã bắt đầu được ghép ngay từ những trường mầm non tham vọng này.

Ta thường nghĩ chuyện này chỉ xảy ra tại các trường mầm non tư đang cố cạnh tranh với nhau. Nhưng thực tế là, ở các trường mầm non công, trẻ con cũng không chỉ đơn giản là ngồi tụ lại và chơi những trò board games hay ngồi tô màu nữa. Ngày nay, khi một đứa trẻ chập chững tự hào khoe cô giáo của mình bức tranh do bé vẽ, cô sẽ không chỉ đáp lại bằng một nụ cười. Mà bức tranh sẽ được dùng để đánh giá sự phát triển của bé, và được đưa vào trong tập hồ sơ cá nhân. Đây được gọi là *Giáo trình Trẻ Chập chững* (*Nappy Curriculum*), hay *Bước Nền tảng Tuổi đầu đời* (*Early Years Foundation Stage*), bắt buộc áp dụng cho tất cả các trường mầm non, trường mẫu giáo và trung tâm giữ trẻ kể từ năm 2008.

Ban đầu, chương trình đặt ra những mục tiêu khá nhẹ nhàng, ví dụ như đánh giá xem liệu bé có “nhận biết được không gian và đồ vật xung quanh hay không?”, “ Cách bé thể hiện những nhu cầu sinh lý ăn uống như thế nào?” hoặc “bé muốn cho người lớn biết khi bé cảm thấy khó chịu”. Nhưng rồi tốc độ mục tiêu tăng nhanh chóng. Có tới 69 bộ mục tiêu được đặt ra. Khi trẻ đạt 5 tuổi, trẻ không những phải biết đếm tới 20, mà còn phải biết giải Toán và hiểu nghĩa những cụm từ như nhân đôi và chia đôi.

Thậm chí, năm 2012 khi giáo trình đã được giảm tải, các nhà phê bình vẫn cho rằng giáo trình quá tập trung vào việc ép buộc trẻ em 3-4 tuổi thực hiện quá nhiều hoạt động không vận động. Ví dụ như

Viết, Đọc và làm Toán khi chúng chưa đến tuổi chính thức đến trường (tuổi đến trường của trẻ em ở Anh là năm tuổi, nhỏ nhất tại châu Âu). Như một vị Bộ trưởng Giáo dục nào đó đã nói: “Không thể để cho trẻ chập chững chạy loăng quăng mà không làm gì cả.”

Thật ra thì, tất cả các chuyên gia về giáo dục mầm non (những người thực sự có kiến thức về trẻ em) lại cho rằng, nên để trẻ chập chững chạy loăng quăng. Họ còn chỉ ra rằng, trẻ ở độ tuổi mầm non không nên ngồi yên, không nên ngồi tập trung nhiều vào một việc gì đấy. Trẻ cần vận động, chơi đùa, khám phá và trẻ cần sử dụng toàn bộ cơ thể mình để học hỏi.

Câu hỏi đặt ra là: Việc cho trẻ tiếp xúc

với học tập sớm có thực sự giúp trẻ phát triển tốt hơn sau này không? Giáo sư Tâm lý học – Giám đốc Phòng thí nghiệm Ngôn ngữ Sơ sinh thuộc Đại học Temple Philadelphia, Kathy Hirsh-Pasek đã tiến hành so sánh trẻ được tập trung học văn hóa sớm ở trường mẫu giáo và trẻ không hề học văn hóa ở trường mẫu giáo.

Khi được năm tuổi, những trẻ ở các trường mẫu giáo chú trọng dạy văn hóa thường biết nhiều chữ và số hơn. Tuy nhiên, lợi thế này dần mất đi khi trẻ lên sáu tuổi. Trẻ em học tại những trường với áp lực cao hơn lại tỏ ra ít thích thú với việc học và có trí tưởng tượng kém hơn so với những trẻ không được học văn hóa ở trường mẫu giáo.

Mặc dù chưa được thảo luận rộng rãi, nhưng theo như Sutton Trust thì động cơ chính của Chính phủ đằng sau việc đẩy mạnh giáo dục mầm non là để hỗ trợ trẻ từ các gia đình nghèo, vì những trẻ này thường đi học muộn hơn một năm so với các bạn cùng lớp từ gia đình khá giả. Các Bộ trưởng thường phàn nàn rằng, hai phần ba số trẻ ở tuổi bắt đầu đi học lại không có được những kỹ năng ngôn ngữ cơ bản. Nhưng rõ ràng những đối tượng này không phải là những trẻ em một tuổi hiện đang theo học ở lớp ngôn ngữ cơ thể “Bé Tí Tập Nói”, hoặc cũng không phải con của những ông bố bà mẹ coi ngày họp phụ huynh của con là một trong những ngày quan trọng nhất trong lịch làm việc.

Nếu trẻ không nhận được sự giúp đỡ khi học ở nhà, thì việc cho trẻ sự tập trung cao độ khi học ở lớp là điều cần thiết để giúp trẻ. Nhưng tiếc thay, với những trẻ thuộc gia đình trung lưu vốn đã bị soi xét quá kỹ bởi cha mẹ, việc tập trung cao độ trong khi học chỉ gây thêm áp lực cho trẻ. Việc chuẩn hóa giáo trình giống như vỏ bọc hoàn hảo giúp các trường mầm non ép buộc những em bé phải ngồi nghiêm chỉnh tại bàn và tập trung học trong thời gian dài khi mà các em còn chưa đủ ý thức về việc ngồi yên vì tuổi còn quá nhỏ. Thật nực cười, liệu một đứa trẻ còn chưa biết cách tự đi vệ sinh, có thể chịu ngồi yên và hoàn thành bài tập được không?

Nếu phải sống trong bầu không khí lo âu

bao trùm, chẳng có gì ngạc nhiên khi một số đứa trẻ coi việc học hành là gánh nặng. Thay vì thấy con thích thú với việc học và hào hứng mỗi buổi tới trường, các bậc phụ huynh lại thấy con trở về nhà với tâm trạng đầy mệt mỏi và căng thẳng.

Các nhà tâm lý học cho biết, khi trẻ lên năm, trẻ bắt đầu tự so sánh mình với bạn bè cùng tuổi. Khi trẻ lên bảy, nếu bạn hỏi bất cứ thầy cô nào, họ sẽ nói với bạn rằng bọn trẻ biết chính xác vị trí của chúng trong lớp. Lúc này, việc thực hiện những đánh giá cẩn trọng là cách thức hiệu quả để tìm ra những đứa trẻ có khiếm khuyết nghiêm trọng hoặc chậm phát triển. Những bài kiểm tra IQ vốn được sử dụng để tìm ra những trẻ cần sự

giúp đỡ đặc biệt, nhưng giờ lại trở thành công cụ để chấm điểm toàn bộ học sinh, cũng như cách những bài đánh giá trẻ mẫu giáo và tiểu học đã bị lạm dụng để phân loại học trò.

Một cậu bé năm tuổi, dù xuất thân như thế nào, nếu tin rằng mình kém môn Toán thì sẽ không hiểu được rằng: Việc bé biết cách sắp xếp các khối đồ chơi lego thành tàu không gian cũng quan trọng không kém gì làm phép cộng. Một cô bé chưa biết cách phân tích thành phần câu, thì chắc chắn bé cũng sẽ không tin khi ai đó nói với bé rằng: Việc bé có thể lái xe đạp mà không cần bánh phụ thực ra cũng đáng nể không kém. Cả hai đứa trẻ nói trên sẽ thuộc kiểu người phát triển muộn hơn, nhưng rồi

các em đều sẽ phát triển tốt sau này. Đối với hệ thống giáo dục hiện nay, trẻ phát triển sớm sẽ được ưu ái, và trẻ phát triển chậm hơn sẽ bị đưa ra rìa.

Thất bại có thể trở thành một lời tiên tri do chúng ta tự tạo nên. Giáo viên khi bị dồn ép chạy theo thành tích, sẽ cảm thấy khó khăn khi phải dạy những học trò chưa phát triển sẵn sàng. Thường thì giáo viên sẽ không có thời gian để nhắc lại, hoặc giảng giải kỹ hơn về các khái niệm do sợ tốn thời gian. Với môn Toán học, nếu trẻ không có đủ thời gian để hiểu cặn kẽ một khái niệm phức hợp (ví dụ như đặt giá trị), thì trẻ sẽ không thể hiểu nổi một loại phép tính nào được thực hiện dựa vào giá trị (ví dụ như cộng hoặc nhân).

Tất nhiên chúng ta cũng cần thách thức trẻ em, nhưng chỉ nên thách thức ở mức độ mà nếu trẻ cố gắng sẽ đạt được, chứ không phải đặt mục tiêu vượt quá khả năng của trẻ. Trong khi đó, một đứa trẻ lo lắng có thể nhận thấy rất rõ sự khác biệt trong cách thể hiện của giáo viên đối với mỗi thành viên trong lớp. Chúng ta thường cho rằng, thầy cô giáo nở nụ cười tươi tắn dành cho những đứa trẻ phát triển sớm trong lớp khi chúng đưa ra câu trả lời đúng, và vẻ mặt thất vọng của thầy cô dành cho mình. Rất nhanh chóng, đứa trẻ trở nên lo lắng rằng mình không nằm trong số trẻ thông minh và được ưu ái, và sự sợ hãi của trẻ càng được củng cố. Và thế là một suy nghĩ trong đầu trẻ sẽ không ngừng vang lên

“Chắc hẳn mình chẳng thông minh chút nào.”

Trong cuộc chạy đua đưa con lên top đầu, các bậc cha mẹ đố kỵ chỉ cần nắm được một chút dấu hiệu mỏng manh về sự phát triển của con, liền vội vàng tạo mọi điều kiện để con phát triển những khả năng đó, và đưa ra tuyên bố con đã “sẵn sàng đi học”. Nếu họ đi làm, họ càng bị lôi cuốn bởi thực tế là cho con đi học ở trường sẽ rẻ hơn là thuê người trông trẻ ở nhà hoặc cho trẻ đi lớp ở các trường mầm non tư đắt đỏ. Nhưng việc một đứa trẻ 24 tháng biết đếm từ 1 tới 20, không có nghĩa trẻ đã hiểu thế nào là con số. Thường thì chúng chỉ nhớ thứ tự con số tương tự như cách chúng nhớ lời một bài hát.

Tương tự vậy, một đứa trẻ có thể đọc các từ viết trên một trang giấy không đồng nghĩa với việc trẻ hiểu ý nghĩa câu từ để có thể cảm thấy hứng thú với đoạn viết, hoặc suy luận được những sắc thái ý nghĩa tinh tế mà bài tập đọc ở trường yêu cầu.

Hãy thử tưởng tượng bạn được giao cho một trang sách tiếng Italia, và bạn chưa bao giờ học thứ tiếng này một cách nghiêm túc. Đảm bảo rằng, có thể bạn sẽ biết cách phát âm đọc ra trang sách và thậm chí bạn có thể đoán được nghĩa một vài từ. Nhưng nếu bạn không có kiến thức và sự am hiểu tiếng Italia ở mức độ tốt, bạn sẽ chẳng thích thú và chẳng thiết tha gì việc đọc tiếp trang sách ấy.

Đây cũng là lý do vì sao những đứa trẻ được huấn luyện như rô bốt học vẹt chữ viết lại thường không thích thú đọc sách. Chúng có thể phát âm đọc từng từ, nhưng chúng chưa chắc đã hiểu được nghĩa của cả câu. Sự nguy hiểm của cách ép trẻ học đọc quá sớm này là chúng ta đang bắt con cái mình làm điều chúng chưa sẵn sàng. Cứ mười em ở độ tuổi tiểu học, thì có một em bị đánh giá là khả năng đọc hiểu kém.

Việc đọc đúng cách chỉ được thực hiện khi các chức năng của bộ não cùng phối hợp làm việc như chức năng nghe, nhìn, nói và khả năng nhìn bằng tâm tưởng. Tốc độ phối hợp của các chức năng này phụ thuộc vào quá trình myelin hóa – sự phát triển của vỏ các sợi trục chạy giữa

các tế bào thần kinh, hoặc giữa các tế bào. Khi trẻ ra đời, mối liên kết giữa các tế bào não bộ rất ít. Việc tạo dựng mối liên kết – hay quá trình myelin hóa – cho phép tín hiệu được truyền nhanh chóng là một quá trình phát triển dần dần bắt đầu từ lúc trẻ mới sinh tới độ tuổi thiếu niên.

Tuy nhiên, các nhà thần kinh học nói rằng: Khi trẻ từ năm đến bảy tuổi, các kết nối thần kinh cần thiết cho việc đọc thường chưa được phát triển, và ở bé trai sự phát triển này còn diễn ra chậm hơn so với bé gái. Thêm vào đó, các nghiên cứu từ cách đây vài thập kỷ cũng tìm ra rằng, giữa trẻ em học đọc sớm so với trẻ học đọc muộn hơn không có sự khác biệt đáng kể về trình độ đọc sau này.

Điều khác biệt duy nhất là trẻ học đọc sớm trở nên thụ động với việc đọc hơn.

Khi tất cả những điều trẻ được nghe là những lời tán dương phóng đại của cha mẹ rằng chúng thật thông minh, mọi nỗ lực của cha mẹ nhằm nâng cao sự tự tin của con, thì khoảng cách giữa những gì chúng nghe được ở nhà và những gì chúng trải nghiệm tại trường bắt đầu mở rộng. Đối với một vài đứa trẻ, điều này dẫn tới việc chúng không còn tin tưởng cha mẹ, và thậm chí chúng giận dữ khi những bậc cha mẹ "toàn năng" không thể khua cây đũa thần và dùng phép màu để giải quyết mọi vấn đề.

Nhưng các bậc cha mẹ hổ rất thích thú với ý nghĩ tự đắc khi có một đứa con

biết đọc sớm trong gia đình, vì vậy sẽ luôn ép buộc con phải học đọc sớm nhất có thể. Sự tự mãn về việc khoe với các bậc cha mẹ khác rằng con đang đọc quyển sách nào, và khi đem so sánh với con của các bậc cha mẹ khác thực sự đã biến việc khoe khoang trở thành một cuộc đua. Nhưng là cuộc đua để làm gì?

Tại những thời điểm như thế này, chúng ta hẳn đã có sự liên tưởng đến câu chuyện ngụ ngôn Rùa và Thỏ. Chẳng có lý gì bắt một đứa trẻ phải đọc một cuốn sách trình độ lớp Mười hai khi con đang học lớp Một, để rồi đến năm lớp Bốn, con chán ghét việc đọc đến nỗi con không tự giác đọc bất cứ cuốn sách nào nữa. Có vẻ như một phần lý do bọn trẻ ở độ tuổi này không muốn đọc gì ngoài

việc đọc cuốn sách Nhật ký Ngốc xít – một cuốn sách với nhiều tranh vẽ minh họa, chữ lớn và khoảng cách giãn dòng lớn. Chúng muốn đọc những cuốn sách như vậy là vì chúng đã quá chán ghét sách với quá nhiều chữ mà chúng đã phải đọc trong các năm đầu đi học.

Ở mức cao hơn của hệ thống giáo dục, việc trẻ có thể học vẹt một bài giảng không có nghĩa chúng thích bài giảng đó. Môn số học là môn được dạy ở độ tuổi nhỏ (và càng ngày càng nhỏ) ở trường học, mặc dù nhiều đứa trẻ chưa đến tuổi để phát triển bộ não trừu tượng ở mức cao hơn cho việc tính toán số học. Nếu trẻ buộc phải học số học trước khi trẻ hoàn toàn làm chủ các phép tính toán cơ bản, thì đó sẽ là liều thuốc độc

giết chết tinh thần trẻ.

Trẻ sẽ dần trở thành những ‘học sinh sợ hãi’ hoặc cố tình trượt dốc để không phải tuân theo phương pháp học tập mà cha mẹ chúng đề ra. Những đứa trẻ này không chỉ cảm thấy mình thua kém, mà chúng còn có thể phát triển cái mà các nhà tâm lý học gọi là “học hỏi vô vọng” – một dạng hội chứng tự thương xót bản thân. Khi trẻ cảm thấy không có khả năng kiểm soát kết quả học tập của mình tại trường, và nghĩ dường như trẻ có làm gì cũng không thay đổi được, thì thay vì việc cố gắng, trẻ lại từ bỏ. Trong con mắt người lớn, những đứa trẻ này bị coi là lười biếng và không chịu cố gắng. Nhưng như cựu nhà giáo Noel Janis-Norton đã nói: “Các em thường là

những đứa trẻ đã cố gắng quá nhiều lần và mọi cố gắng đều bị thất bại.”

XẾP LOẠI TRƯỜNG HỌC ĐÃ THAY ĐỔI HỆ THỐNG TRƯỜNG HỌC CỦA CHÚNG TA NHƯ THẾ NÀO?

Vào một ngày hè nóng bức tháng Tám, mùa được báo chí gọi là “mùa ngớ ngẩn”, phóng viên giáo dục của tờ *Daily Telegraph*, John Clare tới phòng làm việc và tự hỏi không biết nên viết gì ngày hôm nay.

Việc hoàn thành chỉ tiêu bài viết vào thời điểm tĩnh lặng này của năm là một thách thức cho tất cả các nhà báo, nhất là nhà báo giáo dục đang tắc giữa kỳ nghỉ hè dài của học sinh và kỳ nghỉ Quốc hội.

Clare vừa tham gia cuộc họp với hai

hiệu trưởng của trường tư hàng đầu, và tại đó họ đã thông báo tin tốt lành về các kết quả thi mà học sinh của họ đạt được. Nhưng đằng sau việc thông báo về những tin tốt lành đó, Clare thắc mắc đâu mới là sự thực? Liệu có thể tìm hiểu xem, điều gì đang thực sự diễn ra hay họ chỉ đang phóng đại thành công mà thôi?

Do có nhiều thời gian rảnh, Clare bắt đầu gọi cho tất cả các hiệu trưởng khác mà ông biết và hỏi họ xem có bao nhiêu bài kiểm tra của học sinh trong trường họ đạt mức A hoặc B, ông lấy lý do rằng đó là điều phụ huynh quan tâm vì kết quả là tiêu chuẩn giúp con cái họ vào được trường đại học.

Kết quả thu được là lời giải đáp cho

những thắc mắc của Clare, ông nhớ lại: "Các con số trước mặt tôi cho thấy rằng, những trường học mà tôi (và vô số các bậc phụ huynh khác) tin là điểm số đạt được phải rất cao hóa ra chưa là gì cả. Ngược lại, nhiều trường khiêm tốn nhưng lại có kết quả tuyệt đẹp." Vì tò mò, ông đã gọi tới 100 trường học và sắp xếp chúng lại theo thứ tự số phần trăm điểm top đạt được. Và ngày 29 tháng 8 năm 1991, tờ Daily Telegraph đã lần đầu tiên đăng tải bảng xếp hạng trường học.

Các bậc phụ huynh như ngồi trên đống lửa. Trường học, đặc biệt những trường không được xếp hạng cao như danh tiếng vốn có, thấy xấu hổ ê chề. Nhưng chính phủ thời bấy giờ cho rằng đây là ý

kiến hay, nên họ đã quyết định tạo bảng xếp hạng cho trường công, như một cách loại trừ sự tự mãn và soi rọi cảnh báo hiệu quả giảng dạy nghèo nàn và hệ thống trường học đang chìm dần. Tuy nhiên, hai mươi năm sau, mặc cho ý định ban đầu là để xếp loại trường học, bảng xếp hạng lại trở thành thứ để xếp loại học sinh. Kết quả là đã biến hệ thống trường học trở thành trung tâm thi cử khổng lồ. Hiệu trưởng trở thành chủ tịch hội đồng quản trị một công ty nhà nước, đưa ra đánh giá về biến động cổ phiếu và thị phần. Và học sinh trở thành hàng hóa trao đổi, được tận dụng triệt để để thu được lợi nhuận cao nhất.

Các nhà giáo dục như tiến sĩ Martin Stephen, cựu Hiệu trưởng trường St

Paul, đã đứng lên và đưa ra lời nhận xét: Bảng xếp hạng này đã trở thành “một con quái vật, đang ăn ngấu nghiến tất cả những điều tốt đẹp nhất của giáo dục”. Ông còn nói thêm: “Nó đã khiến chúng ta biến con cái chúng ta trở thành máy làm bài kiểm tra, làm giảm sự sáng tạo và đổi mới trong lớp học bằng cách tạo ra một bầu không khí đầy lo sợ giữa các thầy cô giáo.”

Khi bình luận về ý kiến cho rằng, việc xếp hạng sẽ giúp thúc ép các trường học phải cải thiện chất lượng giảng dạy, ông nói thêm: “Thực ra việc xếp hạng này giống như chúng ta tìm thấy một người sống sót trên biển, nhưng thay vì ta ném cho họ một cái phao cứu sinh, ta lại với tay dìm đầu họ xuống nước.”

Cựu Phó hiệu trưởng Elizabeth Cook cũng phàn nàn về cách chấm điểm của bài kiểm tra SAT, cũng như cách xếp loại trường tiểu học thông qua điểm số học sinh, bà cho rằng điều này gây ảnh hưởng tới cách trẻ em nghĩ về bản thân và nhà trường: “Ở sân chơi, tất cả những gì bạn nghe được sẽ là đứa trẻ này xếp loại thi như thế nào, đứa trẻ kia kết quả ra sao. Kiểu như ‘Con bé đạt mức ba’, và ‘thằng bé đạt mức hai’, nhưng thực ra thứ hạng này hoàn toàn bình thường đối với học sinh lớp Một, khi trẻ chỉ mới 6 hoặc 7 tuổi. Nhưng giờ đây, thay vì động viên con các bậc phụ huynh lại tỏ ra thất vọng khi thấy con mình không đạt được ‘mức ba’ như chúng bạn.”

Kết quả là trường học cũng trở nên thúc

ép hệt như các bậc phụ huynh, và cả hai tạo nên một sự kết hợp khiến cho trẻ em mọi lứa tuổi bị hoảng sợ.

Ngày nay, khi xếp hạng trường học đã trở thành một phần tất yếu của hệ thống giáo dục, mọi người chắc hẳn cũng đều cho rằng điều này là tất yếu của cuộc sống trên toàn cầu. Nhưng thực ra ngoài nước Anh ra, hầu hết các quốc gia khác đều không áp dụng việc xếp hạng này, thậm chí cả những nước luôn đạt thành tích cao như Nhật và Canada.

Thông điệp mà trẻ em nhận được thông qua tất cả những việc này là: Học hành không phải là để các em đắm chìm thích thú trong một môn học mà em yêu thích. Mà học để các em tích lũy đủ kiến thức

vào não bộ để chuẩn bị cho kỳ kiểm tra tiếp theo. Kết quả là trẻ em trở thành những chiến sĩ nhỏ luôn đấu tranh thành tích với những đứa trẻ khác ở các vùng khác của đất nước, và cả trên toàn cầu.

Lần đầu tiên tôi đọc giáo trình học của con gái tôi khi cháu bước vào học cấp hai vừa được một tuần, tôi thấy một tờ danh sách kiểm tra, có cả những môn học mà tôi không hề nghĩ sẽ có bài kiểm tra. Thời tôi còn đi học, điều duy nhất để đánh giá một học sinh chơi bóng giỏi là học sinh đó có thể chuyền đá bóng đi xa, và đá bóng vào gôn đối phương. Ngày nay, giống như tất cả các môn học văn hóa, con gái tôi sẽ có cả bài kiểm tra kỹ năng chơi bóng và kỹ năng vận động. Ngoài ra, con gái tôi sẽ được chấm điểm

cả “chuỗi hoạt động” và được yêu cầu viết bản tự đánh giá.

Trong lớp múa, con tôi sẽ học nhảy hip-hop, và cháu sẽ được chấm điểm dựa trên việc “phát triển mô típ múa” hay nói cách khác là kết hợp các vũ đạo cơ bản để tạo thành bài múa có nội dung. Tất nhiên, khi tham gia lớp học, trẻ em cần tuân theo giáo trình và cần đạt được những mục tiêu đã đề ra. Nhưng chắc chắn sẽ không hề có lựa chọn “học chỉ vì thích” ở đây.

THI CỬ

Vì sao trường học trở thành nơi để thi cử nhiều hơn là nơi để học tập

Trong lớp học của Charlie, môn Toán giống như cuộc chạy đua hằng ngày hơn là một môn học. “Trong giờ học, các thầy cô luôn bảo bọn cháu hãy cố làm bài nhanh hơn” (cô bé Charlie 16 tuổi tâm sự). Cô bé là người đã quyết định sẽ tham gia kỳ thi Toán level A sau khi đạt điểm tốt kỳ thi GSCE, nhưng giờ lại hết sức phân vân liệu quyết định của mình có đúng đắn không. “Cháu thích tìm tòi học Toán hơn. Cháu thích được dành thời gian để giải các phương trình. Nhưng trong giờ học, giáo viên luôn đặt giờ cho việc giải bài tập. Và cho dù cháu cố đến đâu, cũng vẫn có bạn nào đó

trong lớp hoàn thành trước cháu. Điều đó khiến cháu thấy chán nản”.

Khi mà giáo trình học trở thành nỗi ám ảnh bởi thành tích thi cử, thì việc mỗi ngày đi học là một cuộc đua sẽ xảy ra với con bạn. Gần đây, tôi ghé thăm trường học của con gái thứ hai, và đã được nghe nói về sự thay đổi của môn Toán học so với ngày tôi còn đi học cũng như sự thay đổi về cách thức cha mẹ có thể hỗ trợ trẻ tại nhà. Thực sự là, để cho trẻ làm bài kiểm tra là cách tốt nhất để tìm hiểu xem trẻ có thực sự hiểu bài hay không. Không có gì khiến trẻ tập trung hơn là yêu cầu trẻ đứng lên trước mặt thầy cô và nhắc lại bài đã học. Nhưng điều khiến tôi lo lắng là lớp học của con nhìn giống như một show

truyền hình giải đố. Những chiếc bàn trải đầy những chiếc chuông nhỏ, đồng hồ đếm giờ và những trò chơi đánh-bại-đối-thủ như trò giải đố toán Math Snap. Có vẻ như những giờ học của bọn trẻ ngày càng thiên về việc kiểm tra hơn là về dạy học.

Việc Toán học trở thành cuộc đua trước cả khi trẻ thông thạo những kiến thức cơ bản sẽ gây ra nhiều khó khăn cho trẻ. Học sinh nào không có khả năng chịu được bầu không khí căng thẳng ganh đua sẽ sớm trở nên sợ hãi các bài kiểm tra. Chắc hẳn bạn cũng biết, ngày càng có nhiều cuộc tranh luận gay gắt của các nhà giáo dục về hội chứng “sợ Toán” – hội chứng này đã gây ảnh hưởng cho khoảng hai triệu học sinh ở Anh.

Tiến sĩ Dénes Szűcs, khoa Tâm lý Thực nghiệm tại Đại học Cambridge tin rằng: Đây có thể là lý do tại sao chỉ bảy phần trăm số trẻ nước Anh đạt level A môn Toán, và là nguyên nhân dẫn đến tình trạng sinh viên theo học môn Toán tại trường đại học ngày càng giảm.

Đối với người trưởng thành, nhiều người trong số chúng ta hẳn nhớ sự sợ hãi mà ta phải trải qua tính toán nợ lãi tín dụng hoặc lãi thế chấp mua nhà. Tất nhiên chúng ta đã quên mất rằng, phản ứng trống rỗng đầu óc này thực chất bắt nguồn từ thời thơ ấu. Và lý do không chỉ là do không thích môn Toán hoặc không có năng khiếu học Toán như mọi người. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng, thực chất chứng sợ Toán bắt nguồn từ một nền

tảng sinh học cơ bản.

Các nhà nghiên cứu thuộc trường Đại học Stanford đã tiến hành nghiên cứu cấu trúc hoạt động bộ não của trẻ bảy tới tám tuổi, những trẻ thường tỏ ra lo lắng với môn Toán. Khi trẻ được yêu cầu trả lời một bộ câu hỏi, các nhà nghiên cứu nhận thấy rằng, bộ não trẻ thể hiện những cấu trúc tương tự như của những người mắc các loại chứng bệnh sợ hãi khác, ví dụ như người mắc chứng sợ nhện. Khi phải trả lời các câu hỏi Toán học, hoạt động bộ não của trẻ tại các vùng não bộ thể hiện sự sợ hãi lại hoạt động mạnh hơn, trong khi vùng não bộ liên quan tới giải quyết vấn đề lại ít hoạt động hơn, chính điều này khiến cho trẻ khó đưa ra câu trả lời chính xác.

Tiến sĩ Vinod Menon, giáo sư trưởng của dự án đã nói với tờ báo The Guardian: “Nghiên cứu của chúng tôi quan trọng, vì nó cho thấy chứng sợ Toán ở trẻ là có thật. Và rất khó để giúp các em đẩy lùi sự sợ hãi. Cần phải chú ý và chữa trị nếu nó không tự mất đi.”

Cô Jenny Foster, người chuyên chữa trị chứng sợ Toán cho trẻ em, đã chia sẻ: “Thật không may là bộ não của chúng ta không có khả năng phân biệt giữa mối nguy hiểm thực sự hay tưởng tượng. Nếu một đứa trẻ cảm thấy lo lắng và sợ hãi về bài kiểm tra sắp diễn ra, hay lo lắng hoặc cảm thấy xấu hổ về một khía cạnh nào đó của việc học, thì não bò sát[1]sẽ chiếm ưu thế và trẻ sẽ không thể nào suy nghĩ được ở mức cao hơn”.

[1] *Thuyết Ba bộ não (triune brain) của bác sĩ người Mỹ Paul D. MacLean được đưa ra những năm 1960. Theo đó, bộ não con người gồm có ba phần là não ngoài (cortex brain), não trong hoặc não bò sát (The Replicant brain) và não giữa (limbic brain).Não ngoài thiên về các chiều kích lý luận, giúp con người hiểu được và đưa ra các lựa chọn lý tính, xử lý các con số. Phần não bò sát thiên về chiều kích tồn tại và sinh sản, giúp con người đưa ra những chọn lọc tự nhiên để sống sót. Phần não giữa thiên về các chiều kích tình cảm.*

Khi ai đó nói với chúng ta rằng, mặc dù họ đã ôn tập kỹ càng, nhưng khi họ ngồi vào thi thì đầu óc bỗng trở nên trống rỗng, thực sự họ đang thể hiện chính xác

những gì diễn ra trong bộ não. Tổ tiên chúng ta thời tiền sử đã sử dụng hiệu quả cơ chế phản hồi chống - hay - chạy để đưa ra quyết định mỗi khi họ đối đầu với sư tử núi.

“Trong bối cảnh lớp học, phần não bộ đáng lẽ phải hoạt động để đưa ra câu trả lời trong giờ kiểm tra nhưng thực tế nó lại đóng lại. Nếu trẻ chỉ gặp một chút lo lắng thì không có vấn đề gì, nhưng với những em nhỏ mắc chứng sợ Toán, thì bộ não của các em lại không phân biệt được nguy hiểm có thực hay tưởng tượng, khiến cơ chế tự vệ của các em được kích hoạt”.

Nhiều giáo viên tin rằng, bắt trẻ liên tục tiếp xúc với việc kiểm tra Toán sẽ giúp

trẻ quen dần. Lý thuyết họ đưa ra là trẻ càng làm nhiều bài kiểm tra nhanh, trẻ sẽ càng trở nên ít lo lắng hơn. Sự thực rất tiếc lại hoàn toàn trái ngược với suy nghĩ của các bậc phụ huynh. Trong khi việc bị đặt thời gian làm bài kiểm tra có thể giúp trẻ nhớ lại kiến thức nhanh hơn và tự động hơn, nhưng nó sẽ chẳng giúp được gì nếu ngay từ đầu trẻ đã không hiểu câu hỏi kiểm tra. Việc thử thách thời gian này gây hại cho những đứa trẻ vẫn cần thêm thời gian để bộ não xử lý tìm câu trả lời, và trẻ trở nên lo lắng quá độ tới mức chúng càng không thể làm bài được. Trẻ càng trả lời sai nhiều câu, chúng càng tin mình sẽ không thể làm được. Hơn nữa, kiểm tra đặt thời gian đồng nghĩa với việc giáo viên càng ưu ái những trẻ đã giỏi sẵn.

Toán học là một môn học đặc biệt nhạy cảm, không phải chỉ vì nó rất được nhấn mạnh trong giáo trình học mới. Đó còn là môn học mà trẻ có xu hướng phân biệt trắng đen rõ ràng. Trẻ nghĩ rằng chúng chỉ có thể "giỏi" hoặc "dốt" với môn Toán. Và một khi cái nhãn giỏi và dốt đã được gắn vào trẻ, sẽ rất khó để chúng thay đổi suy nghĩ.

NUÔI DẠY CON KIỂU CHA MẸ HỔ GÂY ẢNH HƯỞNG NHƯ THẾ NÀO TỚI MỐI QUAN HỆ CHA MẸ - CON CÁI

Có lẽ các bậc cha mẹ sẽ không còn dạy những đứa con còn chập chững bước đi theo hướng chạy theo thành tích, nếu họ hiểu được việc đó sẽ gây nên nỗi uất ức cho con sau này ra sao.

Điều đáng sợ là tất cả những căng thẳng ta phải chịu đựng, và những nỗ lực ta bỏ ra vì thế hệ tương lai có thể lại chính là điều sẽ đẩy con cái ra xa chúng ta hơn. Trong khi tất cả chúng ta đều nói chúng ta yêu con cái cho dù chúng có thế nào đi nữa, nhưng rất tiếc đó lại không phải là những gì trẻ luôn nghe và hiểu. Thay vào đó, trẻ trở nên giận dữ và bất lực khi chúng cảm thấy cha mẹ đang biến chúng

thành những vật thụ động.

Ngay từ khi chập chững, trẻ đã nhận biết được khi nào cha mẹ chơi với chúng vì muốn ở bên chúng, và khi nào cha mẹ chơi với chúng nhằm dạy chúng điều gì đó. Cùng lúc đó, các bậc cha mẹ cảm thấy hài lòng với thành công của con tới mức họ coi thành công của con là của mình.

Tôi còn nhớ rất rõ ngày khai giảng tại trường của con gái tôi, một bà mẹ đã sốt sắng chỉ vào tác phẩm treo trên tường – một cuộn giấy phong cách Ai Cập. Đáng lẽ tác giả thực hiện cuộn giấy đó phải là con gái của bà, nhưng người mẹ dõng dạc tuyên bố “Tôi đã làm nó đấy” khiến cả nửa lớp phải quay lại. Không nghi

ngờ gì, trong nỗ lực chân thành giúp con gái hoàn thành dự án lịch sử tốt nhất, bà mẹ đã hăng hái tự mình ngâm giấy trong trà để khiến nó nhìn như giấy thời Ai Cập cổ. Nhưng vẻ mặt xấu hổ và tức giận trên khuôn mặt cô con gái thật khiến mọi người thấy đau lòng.

Bọn trẻ thường xuyên bị cha mẹ phát ngôn hộ ngay cả khi có sự hiện diện của chúng, hoặc bị người lớn dùng làm công cụ để khoe khoang, khiến cho trẻ cảm thấy nóng bừng mặt tức giận, hoặc tệ hơn nữa là chúng cảm thấy bị lợi dụng. Sự thành công của bất kỳ phương pháp nuôi dạy con nào, cũng đều phụ thuộc nhiều vào sự hòa hợp của cha mẹ và con cái, và sự điều hòa giữa hai bên. Một đứa trẻ hướng ngoại, thích cạnh tranh có

thể sẽ thích thú việc được cha mẹ quan tâm chăm chút tới thành công của chúng. Nhưng đứa trẻ khiêm tốn, hướng nội hơn lại cảm thấy bất an và ngột ngạt khi nhận được sự quan tâm quá mức.

Vấn đề là đa số trẻ trong tuổi ấu thơ không có khả năng diễn đạt những điều khiến chúng khó chịu. Thậm chí lúc ban đầu, chúng còn chẳng biết chúng cảm thấy thế nào. Nhưng dù sao đi nữa, những đứa trẻ nhạy cảm hơn sẽ sớm nhận ra sự thật rằng, thành tích của chúng đang bị cha mẹ trưng dụng, và biến thành chiến thắng của cha mẹ. Một đứa trẻ ở độ tuổi lên tám, sẽ không thể quay sang cha mẹ và hỏi: "Có phải lý do thực sự mẹ muốn con làm điều này vì nó sẽ giúp mẹ mãn nguyện về bản thân?".

Khi cô bé mà tôi đã nhắc tới ở trên, nghe mẹ tuyên bố rằng mẹ là người thực hiện dự án của cô bé, liệu cô bé có thể đứng lên phản bác lại mẹ trước mọi người không? Cô bé bị chìm trong xấu hổ và bối rối, nên chỉ biết im lặng không nói ra lời.

Trẻ nhỏ phụ thuộc hoàn toàn vào người lớn, nên chúng không cho phép bản thân mình được thể hiện sự uất ức và điều này được giấu kín vào trong thay vì bộc lộ ra bên ngoài, theo thời gian nó dần biến thành tính nổi loạn, cục cằn và tách biệt. Trẻ không dám thể hiện cảm xúc ghét bỏ. Nhưng khi trẻ lớn dần, để có thể dần thoát khỏi sự kiểm soát của cha mẹ, trẻ sẽ tìm cách kiểm soát cuộc sống của mình tránh xa khỏi cha mẹ bằng

những hành vi ngoài sự kiểm soát như hành vi tự hại hoặc chứng rối loạn ăn uống.

Dần dần, phương pháp nuôi dạy con theo kiểu cạnh tranh sẽ tấn công và ăn sâu vào cốt lõi quan hệ cha mẹ - con cái. Vì trẻ sẽ dần tin rằng, cha mẹ chỉ yêu chúng hơn nếu chúng học tốt, và yêu ít đi nếu chúng học kém.

Trong một nghiên cứu năm 2004 của các nhà tâm lý học cải tiến, câu hỏi được đặt ra cho 100 sinh viên đại học là: Chúng có cảm thấy cha mẹ yêu chúng hơn, nếu chúng thành công tại trường học? Và kết quả cho thấy rằng, nếu con cái cảm thấy tình yêu có điều kiện thì nhiều khả năng chúng sẽ cố gắng làm những gì cha mẹ

muốn. Nhưng cũng chính những sinh viên này nhiều khả năng sẽ cảm thấy giận dữ với cha mẹ vì chúng cảm thấy bị cự tuyệt khi chúng học không tốt, và dần dần khiến chúng trở nên ghét cha mẹ mình. Niềm vui của những sinh viên này khi đạt thành tích cũng không kéo dài, có lẽ vì chúng được đi học để làm hài lòng người khác chứ không phải làm hài lòng bản thân.

Một nghiên cứu sâu hơn được thực hiện bởi Đại học Denver đã tìm ra rằng: Những thanh thiếu niên thường ít yêu bản thân hơn khi chúng phải đạt được một số tiêu chuẩn để có được sự chấp nhận của cha mẹ. Thay vào đó, chúng có xu hướng tự tạo ra cho mình một hình ảnh giả tạo và đóng giả là con người mà

gia đình mong muốn. Nói chung, nếu trẻ cảm thấy được cha mẹ yêu vì chính con người chúng thì chúng sẽ cảm thấy chấp nhận và yêu bản thân hơn.

Mặc dù không thể thể hiện bằng lời, nhưng cảm xúc uất ức của trẻ đã bắt đầu hình thành từ sớm. Các nhà khoa học thuộc trường Đại học Missouri đã tìm ra rằng, khi người mẹ kiểm soát giờ chơi của con nhỏ, trẻ sẽ thể hiện nhiều cảm giác tiêu cực đối với mẹ.

Nhà tâm lý học Oliver James đã quan sát thấy rằng, những bậc cha mẹ đặt điều kiện cho tình yêu thường khiến con bị trầm cảm, vì trẻ cảm thấy như dù có cố gắng hết sức cũng chưa đủ tốt.

Là các bậc cha mẹ, chúng ta cần tự hỏi bản thân một số câu hỏi thẳng thắn sau: Liệu có phải chúng ta cười với con và ôm ấp con nhiều khi con ngoan, và những thành tích con đạt được khiến chúng ta thấy thỏa mãn? Và chúng ta tỏ ra không vui khi con không đạt kết quả tốt như ta mong đợi? Cho dù sự khác biệt này có thể không quá lớn, trẻ vẫn có khả năng cảm nhận được thông điệp rõ ràng: "Mình được yêu không phải vì bản thân mình, mà là vì những gì mình làm". Tình yêu mà phải cố gắng để nhận được là thứ tình yêu hủy diệt con người nhanh nhất.

CHIA SẺ THỰC TẾ

"Mẹ không nói chuyện với tôi suốt một

tuần sau khi tôi nhận kết quả học tập, vì tôi chẳng giành được điểm A nào cả… Dù sao sau đó, tôi cũng đã vào được trường đại học, nhưng tôi hiểu thông điệp rõ ràng rằng: Cha mẹ tôi yêu điểm số hơn yêu con người tôi. Thực sự thì cho tới bây giờ tôi vẫn còn cảm thấy ấm ức với cha mẹ rất nhiều.”

Penny, 25 tuổi

“Với tôi việc vào Oxbridge đúng là bi kịch, vì bà mẹ thúc ép của tôi không ngừng khoe khoang với mọi người về việc ấy. Khi tôi muốn giảm bớt việc học, mẹ buộc tội tôi vì cố tình làm bà xấu hổ. Mẹ đối xử tốt với tôi hơn khi tôi giành được điểm cao ở trường. Và kết quả là tôi đã phải học tập cật lực để giành

được tình yêu của bà. Và khi tôi hoàn toàn suy sụp tinh thần, mẹ buộc tội tôi vì bướng bỉnh muốn tự làm theo ý mình. Bây giờ tôi ghét bà vì tôi nhận ra bà chẳng hề yêu tôi, bà chỉ yêu thành tích tôi đạt được.”

Kate, 35 tuổi

CẠNH TRANH LÀM ẢNH HƯỞNG NHƯ THẾ NÀO TỚI QUAN HỆ GIỮA TRẺ VỚI TRẺ

Bé Molly và những người bạn thân của cô bé đã ngồi ở dãy bàn dành cho học sinh giỏi môn Toán ngay từ năm lớp Một. Tất nhiên, cô giáo của các bé chẳng bao giờ nói ra rằng, đó là dãy bàn dành cho học sinh giỏi Toán. Cô chỉ gọi đó là dãy bàn vàng. Nhưng năm đứa trẻ ngồi ở dãy bàn đó thừa hiểu thông điệp của giáo viên, và chúng muốn tất cả mọi người cùng hiểu.

Molly là một cô bé tám tuổi đầy tính cạnh tranh, luôn được cha mẹ cổ vũ để tin rằng bé là giỏi nhất. Mỗi khi nhìn thấy đứa trẻ khác trong lớp vật lộn với một bài toán dễ hơn, bé thường cười

khúc khích và thì thầm với các bạn ngồi cạnh.

Một lần, khi giáo viên rời lớp để sang trao đổi với đồng nghiệp, Molly đã ngay lập tức quay đầu lại nhìn cô bé Sophie ngồi ở dãy bàn cam, đang làm bài tập tính nhân bội số của bốn. Molly và các bạn đã hoàn thành bài tập bội số mười hai. Chộp lấy cơ hội khi giáo viên ra ngoài, bé Molly nói dõng dạc trước cả lớp: “Thật không thể tin được cậu mới làm được đến thế”, câu nói của bé khiến cho cả lớp ngẩng lên nhìn ngơ ngác. Cô bé Sophie lập tức chạy vào nhà vệ sinh ngồi khóc.

Cũng trong trường, ở lớp Sáu có Amy, Daniella, Phoebe và Chloe thuộc nhóm

học sinh giỏi Toán. Thực tế thì giáo viên dạy các em đã không ngần ngại gì khi công khai các em là học sinh chọn. Hơn nữa, cô giáo còn tin rằng, việc lập ra một nhóm học sinh chọn sẽ tạo nên tấm gương cho các học sinh khác noi theo. Ở trong lớp, cô giáo còn bảo nhóm học sinh chọn này “phải đánh bại” các học sinh khác bằng những câu trả lời chính xác.

Lớp học từng là nơi vui vẻ hòa đồng của học sinh, nay lại bị bao trùm bởi bầu không khí căng thẳng chia bè chia phái giữa các học sinh. Một lần, một học sinh nhờ Phoebe (học sinh xuất sắc nhất của nhóm chọn) giảng giải một bài tập, cô bé đã trả lời: “E rằng cậu phải tự làm lấy thôi.”

Không phải việc cạnh tranh chỉ xảy ra ở các lớp tiểu học mà nó còn diễn ra ở cả những lớp lớn hơn trong trường. Tại lớp Mười một, khi giáo viên thông báo sẽ có buổi ôn tập về tam giác đều vì có một số học sinh chưa nắm chắc phần này. Amelia, người luôn ngồi ở hàng trên dành cho học sinh giỏi, đã đưa ra lời nhận xét đủ để cả lớp nghe rõ: "Thật không thể tin lại có người vẫn không hiểu."

Khi trẻ bắt đầu tuổi tới trường, chúng thường vui vẻ và không để ý tới việc so sánh với nhau. Nhưng rồi chúng thay đổi nhanh chóng sau đó, do sự động viên của gia đình và hệ thống trường học cạnh tranh, nơi mà vốn vẫn tin rằng làm trẻ xấu hổ sẽ là cách tốt nhất khiến trẻ

phải cố gắng.

Nếu ngay từ những ngày đầu, chúng ta dạy con nhìn đời như một cuộc đua, và dạy cho trẻ từ việc trẻ nào biết đi sớm hơn, tới trẻ nào biết đọc sớm hơn, thì con sẽ sớm học được thông điệp đó. Nếu như câu hỏi đầu tiên ta hỏi khi tới đón con ở cổng trường không chỉ là “Hôm nay bài kiểm tra đọc của con thế nào?” mà còn là “Các bạn khác trong lớp đạt kết quả ra sao?”, thì chẳng ngạc nhiên gì khi con sớm học cách đo thành công của mình bằng cách so sánh với những người khác.

Vì sẽ chỉ có một người thắng cuộc thực sự khi đã đánh bại hết những người khác, cách cạnh tranh này tạo nên sự thù

địch. Trẻ nào càng thắng nhiều, thì càng nhận được nhiều phần thưởng của nhà trường như các danh hiệu, giải thưởng và những lời khen ngợi từ giáo viên. Trẻ nào càng thất bại nhiều, thì càng tiêu cực nghĩ rằng những trẻ “thắng cuộc” như những “trò cưng của thầy cô” và chúng không thể đụng đến được.

Sự cạnh tranh sẽ sớm ngấm vào mối quan hệ giữa trẻ với trẻ. Tình bạn sẽ dần được xây dựng dựa vào ngôi thứ. Và thứ hạng trong lớp sẽ được xác định dựa trên các cuộc ganh đua như người tài năng ca nhạc hay diễn kịch, người xinh đẹp, hoặc người cao lớn.

Những đối thủ thường sẽ xích lại với nhau, không phải vì chúng có tính cách

tương đồng, mà để chúng dồn sức cạnh tranh với đối thủ chính khác, nhằm giành vị trí đứng đầu. Và cuối cùng trẻ sẽ đối phó bằng cách chơi xấu lẫn nhau, nhất là trong trường hợp các bậc phụ huynh khiến trẻ phải tham gia cạnh tranh lẫn nhau để giành một giải thưởng.

Trong khi các em nữ vốn thích trò chuyện và luôn cố gắng tránh xung đột trực tiếp, lại thường đối phó với nhau bằng cách đưa ra các lời nhận xét giả tạo, tẩy chay, buôn chuyện, nói dối và thổi phồng những thành tích của mình để giữ đối thủ ở thế dưới. Kiểu cạnh tranh này ít gặp ở bé trai, mà thay vào đó, chúng tha hồ cạnh tranh trên sân chơi thể thao hoặc thông qua những trận đánh nhau nảy lửa giữa các nhóm.

Cạnh tranh gây áp lực lên tình bạn mà trẻ đang có, và ngăn chặn việc kết bạn của trẻ. Tương tự như với người lớn ở nơi làm việc, những đứa trẻ kém tự tin thường cố tránh xa các đối thủ tiềm năng để phòng trường hợp có thể gây xung đột.

Khi bọn trẻ chuyển cấp, lớp học sẽ bị bọn trẻ chia cắt thành hội nhóm, và điều đó thật đáng buồn. Bọn trẻ ngày nay, ngoài việc cạnh tranh với nhau về vấn đề học tập, chúng còn đọ xem ai ăn mặc đẹp hơn, ai tạo được sự chú ý nhiều hơn, và ai là người đầu tiên có bạn trai hay bạn gái. Đây thường là lúc những đứa trẻ ít thành công trong chuyện học hành có cơ hội đáp trả, vì chúng có cơ hội tỏ ra "chất" hơn, bớt "ngố" đi.

Bạn hẳn cho rằng đây là một loại “chính trị học đường” đã tồn tại xưa nay. Nhưng các nhà nghiên cứu đã chỉ ra rằng, thái độ phê phán người khác này được củng cố bởi hàng loạt những chương trình truyền hình thực tế đầy tính cạnh tranh mà ta vẫn xem hằng ngày. Truyền hình ngày nay đang ngập tràn những cuộc cạnh tranh, từ việc ai giảm cân nhanh hơn (show truyền hình *‘The Biggest Loser’*) cho tới ai nướng bánh ngon hơn (show truyền hình *‘The Cake Boss’*). Có những chương trình thực tế thu hút tới 14 triệu người xem, và trẻ em với trẻ vị thành niên là đối tượng xem chính.

Mặc dù những chương trình này được được gọi bằng cái tên thân mật “giải trí

gia đình”[1], nhưng các nhà tâm lý học và giáo viên vẫn ngày càng lo ngại về ảnh hưởng của chúng lên trẻ em. Dù có thể không có những cảnh bạo lực thể chất như đánh nhau, và hay đấu súng trên tivi trước 9 giờ tối. Nhưng thay vào đó, lại có những chương trình truyền hình với hình ảnh nhân vật ra sức bạo lực tinh thần bằng hành động bắt nạt, hạ thấp, khinh thường nhau. Tất cả những hành vi này được bao bọc bởi một lớp trang điểm bóng bẩy và quần áo hàng hiệu.

[1] *Tại các nước phương Tây, việc chiếu chương trình truyền hình phải tuân theo chế độ phân luồng watershed. Các chương trình có nhãn ‘giải trí gia đình’ được coi là phù hợp với giờ trẻ em xem tivi, và được chiếu trước 9 giờ tối. Các*

chương trình có nội dung người lớn (tình dục, bạo lực) phải chiếu sau 9 giờ tối.

Thực tế thì, trong một chương trình nghiên cứu của Đại học Brigham Young, các nhà nghiên cứu người Mỹ đã chỉ ra rằng: Cứ mỗi một tiếng của chương trình truyền hình thực tế, họ đếm được khoảng 85 câu lăng mạ hoặc nhận xét mỉa mai, con số này gấp đôi số lượng thường thấy trong khi xem các phim hài kịch, chính kịch và thậm chí cả hài kịch tình huống.

Kết quả là trong xã hội đầy cạnh tranh này, trẻ em trở thành các nhà phê bình tí hon. Trẻ trở thành những thẩm phán và quan tòa và là người đưa những lời phán

quyết của mình đăng lên mạng xã hội và coi đó là một cách mới để lấy lại chút giá trị phù du của bản thân.

Việc các bậc cha mẹ cố gắng nuôi dưỡng tính cạnh tranh trong con cái không giúp gì được hơn. Trẻ em bắt đầu nhận thấy rằng, chứng kiến sự thất bại của người khác đem lại cho chúng niềm vui. Hơn nữa, việc dạy cho con cách cạnh tranh với người khác cũng đồng nghĩa với việc khi gặp thất bại, nó sẽ hủy hoại nghiêm trọng sự tự tin của con. Bởi vì, khi bạn thể hiện trước mọi người là bạn quá chú trọng thành tích con đạt được, con hiểu bạn đã đặt cược danh dự của mình vào thành công của con. Con cũng biết rằng, các bạn cùng lớp sẽ cười hả hê khi chúng biết về thất bại của con, đơn

giản vì đó là điều bọn trẻ luôn làm. Vì vậy thay vì chỉ cảm thấy đôi chút buồn phiền do thất bại, con lại cảm thấy tổn thương nặng nề.

CẠNH TRANH ĐÃ LÀM HỎNG TRẢI NGHIỆM NUÔI DẠY CON CỦA CHÚNG TA NHƯ THẾ NÀO

Bạn còn nhớ cảm giác khi bạn và chồng/ vợ bạn đang hồi hộp chờ đón đứa con đầu lòng? Có phải bạn đã chờ mong để được chơi với con, được ôm ấp con và được vui đùa cùng con? Bạn còn nhớ bạn đã từng coi mỗi bức vẽ nguệch ngoạc của con đều như một kiệt tác, và mỗi từ con học được là một niềm vui, mỗi bước con đi là một phép màu?

Và khi sự so sánh bắt đầu hiện hữu.

Một trong những điều khổ sở nhất của phương pháp nuôi dạy trẻ kiểu cạnh tranh là bạn luôn phải tự trấn an bản thân, và việc nuôi dạy con biến thành một con đường gian nan và bạn phải khổ

luyện để giành lợi thế trước người khác. Sự thực là, bên cạnh việc mang lại áp lực nặng nề cho con cái, thì các bậc cha mẹ cũng chẳng sung sướng gì khi nuôi dạy con kiểu cha mẹ hổ. Khi chúng ta đo thành công của con bằng cách so sánh với bạn đồng lứa, chúng ta đã không còn biết quý trọng con vì chính bản thân con. Chúng ta từ bỏ việc được vui vẻ bên con, thay vào đó lại luôn bị ám ảnh bởi những thành tích của con.

Từ thời xa xưa, thông qua hình ảnh những bà mẹ thúc ép trong văn học như bà Bennet và bà Worthington, phương pháp nuôi dạy con kiểu cạnh tranh đã được miêu tả như một niềm khao khát ích kỷ của cha mẹ, vì họ muốn được đắm mình trong thành công của con cái.

Các bậc cha mẹ hổ đã bị quy kết với đủ mọi tên gọi, từ kẻ tự phụ cho tới kẻ ác quỷ hung hăng.

Tuy nhiên, mọi thứ không đơn giản như vậy. Sự thực là, có những bậc cha mẹ bị ám ảnh bệnh lý, do những người gây ra tiếng xấu cho phương pháp nuôi dạy thúc ép, nhưng con số này chỉ khoảng năm phần trăm. Còn đa phần các bậc phụ huynh được gọi là cha mẹ hổ, lại là những người chỉ đơn giản mong muốn con phát triển được hết tiềm năng, để chúng có thể tự xây dựng chỗ đứng sau này trong cuộc đời.

Đa số những phương pháp nuôi dạy thúc ép được xuất phát từ tình yêu. Sự bao bọc, bảo vệ mà người cha hoặc người

mẹ dành cho con cái là bản năng nguyên thủy nhất của loài người. Khi chúng ta chào đón một đứa trẻ xinh đẹp, yếu đuối ra đời, chúng ta đặt vào chúng niềm hi vọng và khát vọng lớn lao. Nhưng vai trò mới này cũng đánh động đến sự bất an sâu kín và kích thích sự lo lắng của chúng ta. Để tìm hiểu xem liệu ta đã làm tốt nhất vai trò được nhận hay chưa, ta thường đem cả bản thân và con cái mình đi so sánh với thế giới bên ngoài.

Khi càng gần gũi người khác, chúng ta sẽ càng có cảm giác ghen tị với họ. Thử tưởng tượng những bà mẹ sống ở cùng khu, có những đứa con trạc tuổi và cùng cho chúng học chung trường. Khi giáo dục bắt đầu được xếp loại dựa trên các thang điểm, thì sự cạnh tranh có thể

khắc nghiệt hơn. Trong xã hội tư bản hiện đại, chúng ta là người chịu trách nhiệm duy nhất cho thành công của mình và với việc mở rộng thêm trách nhiệm đối với thành công của con cái thì khi chúng ta gặp phải thất bại, hậu quả sẽ trở nên nặng nề hơn.

Đã có lúc chúng ta tin rằng, mọi việc được sắp đặt thuận theo ý Chúa. Nhưng giờ đây, mọi việc lại phụ thuộc vào chúng ta. Kết quả là chúng ta phải làm mọi điều có thể để tránh bị thất bại, đặc biệt khi phải đối diện với nhiệm vụ quan trọng như nuôi dạy con cái.

PHƯƠNG PHÁP NUÔI DẠY CON KIỂU CẠNH TRANH ĐÃ LÀM TỔN HẠI NHƯ THẾ NÀO TỚI MỐI QUAN HỆ CỦA NGƯỜI LỚN

Là người trưởng thành, chúng ta sẽ phải học cách đối diện với thất bại và sự từ chối. Nhưng nếu những điều này xảy ra với con cái chúng ta, thì chúng ta sẽ cảm thấy tệ hơn gấp nhiều lần – giống như có một luồng điện 1000V chạy qua người vậy. Cho dù đó là việc xin tham gia đội bóng hay xin nhập học vào trường, chúng ta sẽ cảm thấy bị giày vò nếu con chúng ta bị coi là chưa đủ giỏi. Hơn thế nữa, ta sẽ ngay lập tức chất vấn bản thân – tự hỏi không hiểu mình đã làm gì sai khiến cho con bị từ chối. Hệ thống giáo dục cạnh tranh đồng nghĩa với việc sẽ có rất ít học sinh luôn luôn thành công – và thậm chí một bậc phụ huynh tự tin nhất cũng có lúc phải lo lắng liệu mình có phải nguyên nhân khiến con bị kém đi

không.

Không khí gia đình đang trở nên căng thẳng đến mức các bậc cha mẹ lo lắng rằng, việc con bị đe dọa đã tạo nên nỗi đau đớn khiến chúng ta làm những việc mà ta chưa bao giờ nghĩ sẽ làm – cũng như xuất hiện những tình cảm khiến ta không nhận ra mình nữa.

Trong xã hội “không bơi sẽ chìm” ngày hôm nay, có một sự thật đáng buồn là chúng ta trở nên sợ hãi khi biết thành tích học tập mà con người khác đạt được, thay vì vui mừng cho họ. Điều này khiến chúng ta cảm thấy mình thật xấu xa và ích kỷ. Mặc dù có thể con cái chúng ta cũng rất giỏi, nhưng mỗi khi thấy một đứa trẻ khác làm được điều gì

đó ấn tượng hơn, chúng ta vẫn tự hỏi tại sao con mình lại không thể đạt thành tích tương tự.

Lilian vẫn nhớ khi một người bạn có con cùng tuổi với con cô, tới một buổi hòa nhạc để nghe con trai cô ấy biểu diễn một khúc độc tấu đàn cello. “Lúc đầu, tôi rất ngạc nhiên vì cô ấy đã cố gắng sắp xếp để tới xem bé Milo biểu diễn khi nhận được thông báo. Lúc đó thực sự tôi cũng cảm kích lắm. Sau phần trình diễn của Milo, bạn tôi đã đưa ra lời khen ngợi dành cho tài năng của cháu. Và rồi tôi tình cờ chứng kiến cảnh cô ấy ngay lập tức rút điện thoại ra, nhắn tin cho thầy giáo dạy cello cho con trai cô ấy, hỏi xem có cách nào giúp con cô ấy đạt được trình độ tương tự bé Milo không?”.

Một bà mẹ khác, cô Belinda nói: Cô dùng kiểu vỗ tay bằng hai ngón để thể hiện sự tán thưởng miễn cưỡng, mỗi khi nghe các tiết mục trong buổi hòa nhạc ở trường mà người biểu diễn có tài hơn con trai cô. Còn các bà mẹ khác thì thừa nhận họ thường tỏ ra không quan tâm, chán nản, hoặc nói ít nhất có thể khi nghe kể về thành tích của con người khác.

Cô Denis nhớ lại: “Tôi nhớ lúc ấy đang ở nhà một người bạn, tôi bỏ vào máy nghe nhạc chiếc CD sắp được phát hành, trong đó ghi âm bài hát mà bé Alex đã hát trong một buổi hòa nhạc. Vợ chồng chủ nhà và vợ chồng tôi biết nhau thông qua con cái, và chúng tôi rất thân thiết, vì vậy tôi thực lòng muốn họ nghe trước

bài hát này, chứ không có ý khoe khoang. Tôi chỉ muốn chia sẻ với họ vì đây là một bài hát rất dễ thương.

“Nhưng khi tôi bật bài hát, tôi nhận thấy một sự im lặng tuyệt đối, và thậm chí không có cả một lời khen miễn cưỡng. Tôi hiểu ngay ra thông điệp rằng, hãy chỉ nên giữ bài hát đó cho bản thân. Thật đáng thất vọng khi điều này đến từ một người bạn thân, người mà tôi nghĩ cũng rất yêu quý con trai tôi. Vào những khoảnh khắc như thế này, tôi cảm thấy mình hoàn toàn cô đơn.”

Cuối cùng, những hành động ghen ghét như vậy sẽ dẫn đến việc hình thành những chuỗi phản ứng. Nếu các bậc phụ huynh càng tỏ thái độ ghen tỵ đối với

con cái chúng ta, chúng ta càng phải phản ứng tương tự với con cái họ. Và khi những người tử tế thấy việc đưa ra một lời khen chân thành từ đáy lòng là khó khăn, là lúc họ nhận ra rằng mình đã bị ảnh hưởng. Cô Gail nói rằng, cô đã nhận ra điều đó khi đang xem trang Facebook của một bà mẹ khác.

“Có một người bạn của tôi đăng một status về việc con trai cô ấy lần đầu tiên biết viết tên mình – kèm theo một tấm hình để minh họa. Đó là một điều khá ấn tượng. Tôi phải thừa nhận tôi đã định nhấp chuột vào nút Like (thích) – nhưng con trai tôi không đạt được thành tích như cậu bé đó – vì thế tôi quyết định lờ đi.

“Tôi biết điều này cũng xảy ra theo những hình thức khác. Khi cô con gái mười tuổi của tôi giành giải trong cuộc thi hát, tôi thực sự rất tự hào, vì vậy tôi liên tục đăng thông tin về tiết mục biểu diễn của con lên mạng xã hội. Tôi đã nhận thấy rằng, có khoảng 15 phụ huynh khác đã xem bài đăng trên Facebook của tôi nhưng không có ai ấn nút Like cả. Nhưng vài ngày sau, tôi để ý thấy một số câu nhận xét rất khó nghe bằng giọng điệu mỉa mai của hai bà mẹ, rằng họ cần phải cho con đi học lớp hát ngay nếu muốn đào tạo con trở thành một “Adele nhí”.

Những lúc như vậy cảm xúc thật nặng nề. Dawn vẫn còn nhớ khi con gái hai tuổi và bạn thân của cháu – chỉ sinh

cách nhau vài tuần – đang chơi ở sân cát. Dawn kể lại: “Tự nhiên bạn thân của bé Rachel nói lên một câu hoàn chỉnh ‘Tớ muốn chơi đu quay.’ Trong khi con gái tôi lúc này chỉ mới biết nói mỗi từ ‘đu quay’. Vào giây phút ấy, tôi đã có ý nghĩ sẽ xô ngã đứa trẻ kia. Nhưng ngay sau đó, tôi đã rất xấu hổ với suy nghĩ của mình, nhưng phải thừa nhận, nỗi lo sợ bất chợt rằng con tôi kém hơn người khác đã khiến tôi mất lí trí.”

Trong quá trình nghiên cứu để viết cuốn sách này, tôi nhận thấy có rất ít bà mẹ dám công khai thừa nhận những cảm xúc này. Đa số phương pháp nuôi dạy con kiểu cạnh tranh giống như một thứ cấm kỵ mà người ta giấu không nhắc tới. Trong xã hội của chúng ta, chăm sóc

con và bảo vệ con được cho là trách nhiệm của cha mẹ, đặc biệt là của người mẹ. Vì vậy, ta sẽ không ngại khi nói rằng tất cả những gì ta muốn là con giành chiến thắng – và cho đối thủ nếm mùi cảm giác thất bại. Chúng ta không cho phép mình cảm thấy yếu đuối và bất an. Những cảm xúc đó chẳng khác nào đang thú nhận nỗi lo sợ rằng con mình có thiếu sót. Chúng ta sẽ quá xấu hổ nếu phải thừa nhận điều đó. Chẳng có mấy bậc cha mẹ dám đứng lên và nói “Tôi rất tức giận vì con đã không giành được vị trí chơi violin số một trong dàn nhạc của nhà trường. Tôi đang tức sôi máu lên đây” – mặc dù đó chính xác là những gì họ đang nghĩ.

Dẫu biết rằng các bậc cha mẹ thúc ép

luôn là đối tượng bị chế giễu, nên ta tự nhắc mình không được thể hiện như thế. Nhưng nó cũng không thể ngăn nổi ta có những cảm giác trên – và rồi sau đó lại thấy xấu hổ. Điều đó đồng nghĩa với việc dạy con kiểu cạnh tranh đang dần rút xuống dưới bề mặt, tạo nên một thứ văn hóa cạnh tranh ngầm mà chẳng đem lại điều tốt đẹp cho bất cứ ai. Thậm chí bạn bè thân cũng không chia sẻ thông tin với nhau. Cô Elizabeth nhớ lại: “Trong suốt ba năm trời, tôi và Donna là bạn thân nhất. Donna luôn nói con trai đầu của cô ấy là cậu bé thông minh đặc biệt, và tôi tin điều đó. Chỉ tới một hôm, khi cô bảo mẫu đã từng làm cho Donna tới làm cho tôi, tôi mới biết rằng Donna – vốn là cựu hiệu trưởng một trường học – đã dạy kèm con 3 buổi mỗi tuần. Nhưng

tôi lại không hề ngờ tới, vì cô ấy luôn làm như thể con cô ấy hoàn toàn giỏi tự nhiên.”

Các bậc cha mẹ bắt đầu hành động như điệp viên, tình nguyện tham gia vào các chuyến dã ngoại của trường thăm quan bảo tàng để xem các bạn cùng lớp con mình cư xử và viết tóm tắt về buổi thăm quan như thế nào, để rồi sau đó ra sức tìm cách xem trộm bảng điểm của các bạn cùng lớp con mỗi khi có dịp.

Anna thú nhận, cô đã quay giá gỗ đựng sách giáo khoa của bé Bond – con trai cô – vào tường mỗi khi có phụ huynh khác tới chơi, để họ không biết cô nỗ lực giúp bé ra sao. Cô kể: “Có một lần gia sư của con tôi tới khi một phụ huynh

vẫn đang ở chơi, và tôi đã vô cùng bối rối. Không phải chỉ vì tôi muốn giấu chuyện Andrew được dạy kèm. Mà vì tôi hiểu rằng, chuyện này sẽ nhanh chóng được truyền đến tai những bậc phụ huynh khác, và các mẹ khác cũng sẽ đua nhau kiếm gia sư cho con”.

CÁC TRƯỜNG HỌC ĐANG ĐỔ DẦU VÀO LỬA

Không có gì ngạc nhiên khi các bậc cha mẹ hổ cuống quýt trước cuộc cạnh tranh đưa con vào trường tốt.

Nhiều bậc cha mẹ cho biết, họ chưa sẵn sàng đối đầu với sự cạnh tranh đến mức này, nhất là với trẻ thi vào trường từ những năm đầu cấp. Các trường mong muốn biến trường của mình thành nơi để các bậc phụ huynh thèm muốn, và muốn thu hút được học sinh tốt và đảm bảo giữ thứ hạng thành tích tốt trên bảng xếp hạng quốc gia.

Christine sẽ không bao giờ quên giây phút khi cô hỏi Hiệu trưởng trường mẫu giáo mà con gái cô đang học, rằng liệu

bé có được nhận vào trường tiểu học chọn mà bé đã đăng ký không. Mặc dù bé Amy mới bốn tuổi, nhưng bé đã phải vượt qua hai vòng loại cạnh tranh khốc liệt, vượt lên hàng trăm đối thủ khác. Christine kể lại: “Tôi biết cô Hiệu trưởng đã có kết quả nên tôi bám lấy cô và yêu cầu cô ấy phải cho tôi thông tin. Cô ấy nhăn nhó trả lời: “Xin lỗi, tôi rất tiếc.”

“Tôi lao vào xe, bật chế độ dẫn đường, lái tới một bãi trống, và khóc nức nở. Lần đầu tiên làm mẹ, tôi đã ngu ngốc để mình vướng vào cuộc cạnh tranh loạn trí với các bà mẹ khác. Đã có bao nhiêu cuộc trò chuyện bình luận về việc trẻ nào đỗ và trẻ nào trượt; nghĩ lại tôi thấy đây đúng là một sự xấu hổ.

Ngày hôm sau, tôi nghe một bà mẹ khác kể chuyện con gái vừa được nhận vào trường chỉ vì cô bé có anh chị đang học tại đó – các trường học tư danh tiếng thường có chính sách ưu tiên nhận anh chị em những học sinh đang theo học. Cô ta nói bằng giọng mỉa mai: “À, tôi nghe nói con chị thông minh lắm? Thật lòng lúc đấy tôi chỉ muốn đấm vào mặt cô ta. Từ đó trở đi, tôi học được cách tránh xa những trò loạn trí đó.”

Kate vẫn nhớ như in lúc cô nhận được lá thư của trường gửi đến, với nội dung từ chối đơn xin nhập học của con gái bốn tuổi của cô. “Tôi cảm thấy như thể có ai đấm mạnh vào bụng mình. Tôi nghĩ mình có thể đương đầu nếu tôi là đối tượng được nhắc đến trong lá thư từ chối

chết tiệt ấy. Nhưng đây lại là con gái tôi, và tôi thật không thể chịu được. Tôi có cảm giác như tôi vừa sinh con ra chưa được bao lâu, cháu đã bị người ta loại ra rồi. Mỗi ngày, tôi đều lái xe đi ngang qua trường, nhìn bọn trẻ mặc đồng phục nô nức đi vào cổng, mà tôi nghĩ: "Bọn trẻ này có cái gì mà con mình không có chứ?".

Có những bậc phụ huynh lại đơn giản quyết định rằng, họ không muốn buộc mình hay con cái phải trải qua việc này - đó là lý do cho việc di cư từ những vùng có sự cạnh tranh khắc nghiệt đến những nơi có các trường học ít cạnh tranh hơn – cho dù không phải cha mẹ nào cũng thừa nhận lý do này.

Jane là một trong số những bà mẹ theo quan điểm “thà từ bỏ còn hơn thúc ép con mình”. Sau sáu năm nuôi dạy con tại Tây Nam London, cô quyết định chuyển công việc kinh doanh về vùng ngoại ô. Lý do khiến cô đưa ra quyết định này là một lần cô cố gắng xếp buổi cùng chơi cho con gái với mẹ một bé cùng lớp – và suốt hai tháng cô đã không thể tìm được thời gian nào, bởi vì lịch học của con gái cô dày kín với Kumon và các hoạt động ngoại khóa.

“Tôi cảm thấy quá chán nản rồi. Hãy thử tưởng tượng khi bạn đến đón con tại nhà bạn cùng lớp sau buổi cùng chơi, và các bà mẹ sẽ đón tiếp bạn ở cửa nhà bằng việc trò chuyện rằng họ đã quan sát năng khiếu của con trong buổi chơi thế nào.

Tôi nghĩ việc cạnh tranh ở độ tuổi quá sớm này không giúp trẻ tốt lên. Có lần con gái tôi hát một bài đồng dao, và cháu đã bị một bạn có kiểu cách khác ở lớp trêu chọc là "hát bài trẻ nít".

"Rồi tiếp đến có cả cạnh tranh về những thứ như âm nhạc. Nếu bạn vui miệng kể chuyện con bạn tham gia lớp học Piano, thì cuộc trò chuyện sôi nổi bỗng dưng im bặt."

Nhưng với những bậc cha mẹ không thể dời nơi ở vì lý do kinh tế hoặc nghề nghiệp - hoặc quyết định phải chiến đấu để con họ không bị từ chối nữa. Nói cho cùng, cái đạt được cũng không hề nhỏ. Cha mẹ cảm thấy mọi người sẽ đưa ra đánh giá dựa vào việc con đi học trường

nào. Như Joanna kết luận: “Nói cho cùng, thật ra mọi người đều biết trường nào tốt, trường nào không tốt. Chỉ cần bạn nói tên trường con bạn học, mọi người đã tự mặc định về mức độ thông minh của con bạn.”

“Thỉnh thoảng tôi phải kiềm chế bản thân và nói tên trường con chậm lại, rõ ràng, và không tỏ ra xót xa, tôi ép mình không được biện hộ về việc con học ở đó, chỉ bởi vì đó không phải là một trường chọn. Thử nói chuyện với các ông bố bà mẹ có con học trường điểm hàng đầu xem, hẳn họ sẽ vội vàng thốt lên tên trường.”

CUỘC ĐUA GIÀNH CHỖ Ở TRƯỜNG CÔNG

Chúng ta sẽ cảm thấy nực cười khi các bậc cha mẹ ra sức đăng kí cho con vào các trường tư chọn lọc. Nhưng còn các phụ huynh cố gắng kiếm chỗ học cho con tại trường công cũng điên cuồng không kém.

Hơn nữa, phương pháp nuôi dạy kiểu thúc ép không còn là vấn đề riêng của tầng lớp trung lưu. Ở Anh ngày nay, cứ mười người thì có đến bảy người tự coi mình là thuộc tầng lớp trung lưu, con số này lớn hơn nhiều so với tỉ lệ một trong bốn ở thế hệ trước. Và khi cân nhắc tới việc có khoảng gần một phần tư số người cũng tin rằng tầng lớp của bạn được xác định bằng học vấn của bạn,

bạn sẽ hiểu vì sao trường học được coi như con đường để tiến lên.

Các bậc phụ huynh có con học trường công, thường không nhồi nhét con với những bài kiểm tra đánh giá để được nhận vào học như ở trường tư. Nhưng ta lại chứng kiến cảnh họ cắm lều trước cửa trường chờ đăng ký, nói dối về tôn giáo và đi lễ nhà thờ (nhằm vào được trường công giáo), sử dụng địa chỉ giả, và thậm chí mạo danh người khác để kiếm được chỗ học cho con. Hằng năm, các bài báo đều đưa những tin như: Ở London cứ ba trẻ thì có một bị trượt nguyện vọng một – và với những trường công chọn tốt nhất thì tỉ lệ chọi lên tới một trên mười ba.

Khoảng cách từ nhà tới trường có thể được tính theo tầng của khu chung cư bạn sống. Với những trường nổi tiếng nhất, khu vực lưu vực của trường[1] có thể hạ xuống chỉ còn 167 mét. Giá nhà tại các khu lưu vực các trường nổi tiếng tăng cao chóng mặt. Theo một báo cáo của tổ chức Sutton Trust, khoảng một phần ba các bậc cha mẹ làm các công việc chuyên nghiệp có con từ năm tới mười sáu tuổi đã chuyển nhà tới đây để được nằm trong khu lưu vực của trường.

[1] *Tại Anh, School Catchment (Lưu vực trường học) là khoảng cách bán kính xung quanh nhà trường. Học sinh trong khu vực đó được ưu tiên nhận học vào trường.*

Một báo cáo gần đây của chính phủ đã thừa nhận rằng, tình trạng đăng ký quá tải là do dân số tăng, điều đó đã buộc các gia đình có trẻ nhỏ từ sáu tuổi đã phải thuê gia sư dạy kèm con để có thể thi vào các trường nội trú.

Ở Anh còn tồn tại khoảng 164 trường nội trú, nhằm giúp những trẻ thông minh có được sự giáo dục nghiêm ngặt theo khuôn khổ. Trong ngày thi tuyển, các cán bộ phải sử dụng loa để yêu cầu học sinh và phụ huynh trật tự. Tại trường nội trú Walling County nằm ở vùng Surrey, thậm chí đã có lần phải gọi cảnh sát đến dẹp loạn.

Thật khó mà diễn tả nhu cầu xin học ở trường nội trú ngày nay, cô Janette

Wallis của tổ chức Good Schools Guide nói: “Chúng tôi thường gặp những phụ huynh bị bệnh tim loạn nhịp, hoặc vật lộn vì bị phụ thuộc vào thuốc ngủ mỗi khi căng thẳng.” Khi được khảo sát, phụ huynh đã so sánh việc bị strees do cố xin cho con vào trường tương đương với nỗi đau sinh nở.

Việc gian lận của các bậc cha mẹ tuyệt vọng cũng gia tăng. Trong vòng năm năm qua, con số điều tra các đơn xin học đáng ngờ đã tăng lên mười một lần. Các bậc phụ huynh quay qua chống đối nhau. Tại trường Eleanor Palmer nằm ở Kentish Town, Bắc London, có một vài vị phụ huynh đã đi theo dõi đối thủ - người đã thuê tạm một căn hộ nằm trong khu lưu vực tí hon của trường nhằm

kiếm một suất học cho con. Một người trong số các phụ huynh "thám tử" đã nói: "Nếu vài năm trước ai đó bảo tôi ngồi trong xe theo dõi, cố gắng lật tẩy kẻ 'cướp chỗ trường học' đáng ngờ, thì chắc chắn tôi sẽ không tin."

CHIA SẺ THỰC TẾ

"Kỳ thi hết cấp một (điểm số được sử dụng để xét vào trường cấp hai) đúng là bãi chiến trường. Nó căng thẳng kinh khủng. Chắc hẳn bạn sẽ không tin được rằng nó khiến mọi người căng thẳng đến mức nào. Năm nào cũng vậy, tôi cứ nghĩ mọi thứ không thể điên khùng hơn được nữa, nhưng nó vẫn cứ năm sau hơn năm trước. Vào ngày thi, bạn sẽ thấy cảnh trẻ con khóc, lau nước mắt, hoặc nhìn

rất ốm yếu. Tôi phải động viên tinh thần trước cho học sinh của mình rằng đó sẽ là những gì các con nhìn thấy, nên các con đừng bối rối.”

Stephanie Williams, Gia sư, Chương trình gia sư S6

“Khi bé Maddy đang ôn tập chuẩn bị cho kỳ thi cuối cấp Một, tôi dừng toàn bộ các hoạt động ngoại khóa của con lại, và nói rằng con sẽ không được tham gia tiệc ngủ tại nhà các bạn gái cho tới khi kết thúc kỳ thi. Tôi biết rằng tôi đang hành động giống như một bà mẹ thúc ép, nhưng tôi nghĩ cũng đáng hy sinh vài năm tuổi thơ để giúp con vào được trường đại học tốt sau này.’

Eva, mẹ ba con

Tôi cứ tin rằng bé Gemma thông minh, con bé sẽ vượt qua kỳ thi cuối cấp dễ dàng. Nhưng rồi một hôm, con bé về nhà và nói với tôi rằng nó là đứa trẻ duy nhất trong lớp không đi học thêm. Liệu tôi có thể làm gì lúc đó? Nếu tôi không làm gì cả, con tôi sẽ bị tụt lại phía sau. Bạn hẳn chỉ có thể an tâm ngủ buổi tối nếu bạn biết mình đã giải quyết ổn thỏa mọi vấn đề cho con.

Jemina, mẹ hai con

Trên phố Crouch End, một bà mẹ bị bắt gặp khi đưa con gái vào một trong những ngôi trường sáng giá nhất khu vực bằng cách giả danh một phụ huynh

đối thủ. Bà đã lập email giả danh của một bà mẹ khác, gửi thư tới nhà trường, và yêu cầu trường xóa tên con gái bà mẹ bị giả danh khỏi danh sách đăng ký chờ.

Đến cấp Hai, sự điên loạn vẫn không dừng lại. Các bậc cha mẹ cố gắng tạo cho con cái mác “tài năng” hay “năng khiếu”, để con có thể nhận được những ưu ái đặc biệt - và việc lập biểu đồ theo dõi quá trình học tập của con còn chăm chú hơn cả người môi giới chứng khoán theo dõi tình hình cổ phiếu.

“Tôi không nhớ nổi đã có bao nhiêu lần các bà mẹ khác ngắt quãng cuộc trò chuyện của chúng tôi bằng cách nói về việc, liệu họ có thể đưa con họ vào được nhóm ‘Tài năng’ hay ‘Năng khiếu’ hay

không. Cô Karla nói: “Vậy những đứa trẻ không được chọn thì sao? Chẳng lẽ thế nghĩa là chúng không có tài? Có vẻ như các bậc cha mẹ không còn chấp nhận việc con chỉ đứng ở mức trung bình nữa. Vào thời tôi, đứng trung bình chẳng sao cả. Vậy mà bây giờ, nếu con bạn chỉ bình thường, bạn đã cảm thấy như mình là kẻ thua cuộc”.

LÝ GIẢI CÁC KIỂU CHA MẸ CẠNH TRANH

Cha mẹ hổ có thể được chia làm hai kiểu: Cha mẹ hổ phòng thủ là kiểu cha mẹ luôn lo lắng nếu họ không thúc ép con đủ mạnh, con họ sẽ bị tụt lại phía sau - và sự tự tin của con sẽ không bao giờ phục hồi. Kiểu còn lại thì ghê gớm hơn - cha mẹ hổ trực chiến - luôn quyết tâm phải đưa con lên hàng đầu trong thế giới cạnh tranh này.

Có thể bạn sẽ thấy khó khăn, nhưng tôi phải yêu cầu bạn kiểm tra xem bạn có từng áp dụng cách nuôi dạy con theo kiểu này hay chưa. Mục đích của việc đánh giá là giúp bạn hiểu rõ hơn về cách bạn phản ứng với thế giới cạnh tranh xung quanh, và tự hỏi liệu cách cư xử

của bạn có giúp gì cho con hay cho chính bản thân bạn.

Hầu hết các lý luận này đều dựa trên cơ sở tình yêu, nhưng đôi khi cũng xuất phát từ sự sợ hãi hay phủ nhận. Hẳn đã có nhiều lý do tổng hợp định hình cách nuôi dạy con của bạn, nhưng hãy thử tìm lý do chính yếu nhất.

TẠI SAO CHÚNG TA LÀ CHA MẸ HỔ

"Tôi không muốn con bị tụt lại phía sau": Đây là kiểu cha mẹ không muốn thúc ép, nhưng họ cảm thấy sợ hãi và lo lắng rằng nếu con không có gia sư, con sẽ bị tụt lại và bị tổn thương trong cuộc sống. Tôi tin rằng nhiều bậc cha mẹ đọc cuốn sách này sẽ biết họ thuộc nhóm này. Họ không thích hệ thống đang tồn tại, nhưng họ cảm thấy không còn lựa chọn nào khác nếu muốn con bơi được trong dòng đời.

• *"Nó khiến tôi cảm thấy mình là cha mẹ tốt":* Có con đồng nghĩa với việc bạn đang tham gia vào canh bạc lớn. Chẳng ai trong chúng ta thực sự biết việc đó sẽ trở nên thế nào. Nhưng những người lần

đầu làm cha mẹ luôn muốn thử giành quyền kiểm soát, và tin rằng nếu tạo lập cho con một thời khóa biểu đầy các hoạt động sinh động ngay từ lúc mới sinh, thì thành công sẽ tới. Những bậc cha mẹ này có xu hướng đơn giản hóa quá mức việc nuôi dạy con. Sự thực là họ không có đủ kinh nghiệm để nhận ra rằng yếu tố may mắn đóng vai trò quan trọng trong việc tạo nên đứa trẻ thần đồng, và giáo dục là trò chơi dài hơi.

• *"Thế giới ngoài kia rất khắc nghiệt":* Triết lý của các bậc cha mẹ này là cuộc sống sẽ ngày càng khó khăn, bọn trẻ nên quen dần với nó. Thay vì bảo vệ con khỏi nền văn hóa trọng thành tích, họ lại cố đẩy con vào càng sâu càng tốt. Bạn có thể nhận ra ngay kiểu cha mẹ

kiểu này, những người hẳn sẽ dán khẩu hiệu “làm hết sức chơi hết mình” ở khắp nơi hoặc bạn có thể tìm thấy họ ở các công viên, đang chạy với đứa con cố bám theo kịp, để chuẩn bị cho ngày hội thể thao sắp diễn ra.

• *“Nhóm của tôi đâu?”:* Thường những bà mẹ kiểu này, những người thích giao lưu tán gẫu và có cả nhóm bạn bè bao gồm các bà mẹ khác – gửi con tới một trường mẫu giáo với hy vọng các bà mẹ khác cũng làm tương tự. Các bà mẹ “hội nhóm” kiểu này thường đưa quyết định gửi con vào trường học nơi có nhiều bà mẹ tương đồng nhất. Họ cũng không ngần ngại chuyển trường cho con nếu họ nghĩ ở trường khác có nhiều phụ huynh đồng quan điểm hơn.

• *"Con tôi là việc của tôi":* Những bậc phụ huynh loại A này thường đã xây dựng được sự nghiệp tốt, và giờ cảm thấy bị thách thức trong một lĩnh vực khác: đó là nuôi dạy con. Thường thì đây là những bà mẹ có thói quen cạnh tranh tại nơi làm việc, và không bao giờ chịu thua chuyện gì. Có nguồn tài chính trong tay, họ điều khiển con như cách họ điều khiển doanh nghiệp, luôn hy vọng việc đầu tư về thời gian và công sức sẽ giúp họ sẽ thu được thành công rõ ràng.

• *"Tôi phải làm việc và không muốn con tôi bị thiệt thòi":* Những bậc phụ huynh này lúc nào cũng bận bịu, họ không muốn người trông trẻ để mặc con họ ngồi trước ti vi khi họ đi làm, nên họ sử dụng hoạt động ngoại khóa như một

dạng dịch vụ “trông trẻ”. Thường thì đây là kiểu người sáng tạo và không giỏi sắp xếp, mỗi khi về nhà họ đã quá mệt mỏi và họ không muốn giải quyết thêm việc nhà. Vì lý do này, họ có thể bị thua kém trong cuộc đua nuôi dạy con kiểu cạnh tranh, trừ khi họ có những đứa con rất tài năng.

• *“Tôi muốn chắc chắn tôi đang làm tốt nhất có thể”:* Một phiên bản cha mẹ hổ mới xuất hiện, đây là những phụ huynh rất thành công trong việc đưa con vào những trường tốt nhất, và coi đó như chứng nhận “dạy con tốt”. Những ông bố bà mẹ này không hề có ý định giấu giếm và thậm chí họ cho rằng nỗ lực của họ cần được công nhận. Sôi nổi và thẳng thắn, những phụ huynh “cạnh tranh và

tự hào” này muốn mọi người biết rằng, họ đã hy sinh rất nhiều – và nếu có thêm nhiều gia đình như họ, đất nước này chắc sẽ khá hơn. Người tiêu biểu cho trường phái này là thủ tướng David Cameron, người đã dõng dạc khẳng định với công chúng: “Tôi xin tuyên bố rõ ràng rằng: Tôi và vợ tôi Samatha là cha mẹ hổ.”

• “*Đây là cách của tôi*”: Khá giống với kiểu “Thế giới ngoài kia khắc nghiệt” ở trên, các ông bố bà mẹ này thường là những người thành công, những người đã từng theo học và luôn đứng đầu tại các trường hàng đầu, và họ thấy việc đó không có gì khó khăn. Thường họ là những người đã tốt nghiệp tại các trường Oxbridge, và họ tin rằng việc vào học

những trường danh tiếng là điều tối quan trọng để đạt được thành công trong cuộc sống. Và giờ đây, các bậc cha mẹ “Đây là cách của tôi” này muốn con cái cũng giống mình, không cần tính đến việc có thể con có khả năng và tính cách khác hẳn. Do những bậc cha mẹ này là người thành công, nên những đứa trẻ có bản tính nhạy cảm khi được sinh ra trong các gia đình này đôi khi mắc chứng trầm cảm tự ti, và luôn cảm thấy mình sẽ chẳng bao giờ đạt được tiêu chuẩn cha mẹ đặt ra. Vì vậy, bọn trẻ có thể đi theo hướng hoàn toàn khác, dẫn đến hậu quả là cha mẹ trở nên càng bực bội trong cố gắng khiến con thành công như họ.

• *“Con tôi phải khá hơn tôi”:* Với những gia đình mới chuyển tới nước Anh, họ

thường tin rằng cách duy nhất để vượt qua phân biệt đối xử về chủng tộc, hay tầng lớp là phải giúp con tìm được một công việc đáng trọng vọng. Những gia đình này không ngần ngại chuyện cho con học gia sư. Thậm chí, họ càng làm nhiều cho con cái, họ càng được mọi người tôn trọng.

• *"Con phải đạt được những điều tôi chưa đạt được":* Nhà tâm lý học Kart Jung là người đầu tiên đưa ra luận điểm này: "Mối đe dọa lớn nhất với đứa trẻ chính là một cuộc sống lu mờ của người mẹ." Có những ông bố bà mẹ, những người chưa bao giờ đạt được thành tựu lớn gì trong lĩnh vực họ chọn, nên họ cố gắng hết sức thúc đẩy con để con tiến lên một mức cao hơn. Mặc dù chưa bao

giờ thú nhận, thành công của con sẽ giúp họ cảm thấy khá hơn khi đối mặt với thất bại bản thân. Những bậc cha mẹ này có thể rất khắc nghiệt, vì họ đã nếm trái đắng và giờ khi đặt mình vào vai trò người huấn luyện. Họ thường đầu tư cho con vào những lĩnh vực đem lại phần thưởng cao như thể thao hay nghệ thuật biểu diễn, và sẽ không điều gì có thể làm họ chùn bước.

• *“Tôi mong đợi con có tài năng”:* Đây thường là những bậc cha mẹ xuất sắc trong lĩnh vực như Toán hoặc Âm nhạc - những lĩnh vực mà thành công hoàn toàn đo đếm được. Họ thường xuất thân từ gia đình truyền thống thành công và họ tin là đứa con mang gen của họ chắc chắn sẽ là thiên tài. Tuy nhiên, họ có thể

trở nên rất đau khổ nếu điều đó không xảy ra, hoặc nếu những phụ huynh khác, vốn không tài giỏi như họ, lại sinh ra những đứa con tài năng hơn.

CHIA SẺ THỰC TẾ

“Tôi luôn cho rằng tôi sẽ có một đứa con thông minh như tôi và chồng tôi, nhưng tôi đã mất cả thời gian dài để chấp nhận thực tế này. Tôi đã bị giày vò trong nhiều năm, tự hỏi tôi đã làm gì sai. Liệu có phải vì ly rượu vang tôi uống khi mang thai cháu, ở ngay thời kỳ nhạy cảm cho việc phát triển bào thai? Liệu có phải do mức độ stress của tôi trong thời kỳ mang thai đã hủy hoại con? Tôi cố gắng không so sánh con với những đứa trẻ khác, nhưng cứ nhìn thấy

bọn trẻ ấy, tôi lại không cầm lòng được. Bất cứ khi nào mọi người khen ngợi con là đứa trẻ đáng yêu, tôi thấy như mình bị thương hại. Tôi thậm chí không thể nói chuyện với ai nữa. Chẳng lẽ lại nói với họ rằng: Tôi thực sự thất vọng vì tôi mong muốn đến tuyệt vọng rằng con tôi vượt xa con chị."

Celia, mẹ của hai con

"Vào ngày khai trường, thay vì ngồi tự hào về thành tích của con, tôi lại đi dò la những báo cáo treo trên tường của những đứa trẻ khác, để xem đứa nào viết đẹp nhất, đứa nào viết hay nhất. Nó giống như một cuộc thu thập thông tin. Và nếu như có phần nào con tôi không tốt như của những trẻ khác, tôi cảm thấy

như muốn co rúm lại vì sợ hãi.”

Pippa, mẹ của một con

“Tôi không thích ý nghĩ mình là bà mẹ hổ, nhưng làm gì có lựa chọn nào khác? Nếu bé Dulcie đi tới trường, nắm vững tiếng Pháp và tiếng Trung, biết đọc bảng chữ cái, con số, biết về một vài nhạc sĩ và nghệ sĩ nổi tiếng, hẳn bé sẽ cảm thấy tự tin hơn nhiều. Ngày nay, bọn trẻ bị đặt quá nhiều kỳ vọng, nên các bậc làm cha mẹ không thể cứ ngồi và để mọi việc diễn ra. Bạn phải chuẩn bị cho con sẵn sàng ngay từ bước đầu.”

Anna, mẹ của một con

CHIẾN THUẬT CHA MẸ HỔ

Giờ đây chúng ta đã hiểu các bậc cha mẹ hổ lý giải hành động của họ như thế nào, đã đến lúc chúng ta xem xét các chiến thuật họ sử dụng. Những câu chuyện này không phải lúc nào cũng đẹp, nhưng cũng đáng để tìm hiểu, nếu bạn muốn biết cách người khác nhìn nhận và đánh giá mình thế nào.

THIÊN NGA

Đây là những người mang vẻ bề ngoài ngây thơ kiểu “Ai cơ? Tôi á?” của thế giới cha mẹ hổ. Cách tiếp cận của họ là cố gây ảnh hưởng tới con, nhưng trước mọi người lại luôn vờ như không quan tâm và thờ ơ, để rồi gào thét đến tím mặt rằng họ sẽ không bao giờ, không bao giờ

thúc ép con. Họ cố gắng kín đáo, dù thực sự họ tha thiết nỗ lực nhưng lại không muốn cho mọi người thấy.

Khi nuôi dạy con kiểu cạnh tranh đã trở thành hoạt động ngầm, Thiên Nga trở thành phân loài lớn nhất của cha mẹ hổ. Mục tiêu của Thiên Nga là đảm bảo con thể hiện tốt - nhưng họ cố gắng làm ra vẻ như kết quả đó hoàn toàn là nhờ năng khiếu tự nhiên của con.

Là những diễn viên bậc thầy, Thiên Nga hầu như luôn thành công trong việc che giấu động cơ của mình - nhưng đôi lúc họ cũng bị lộ lớp mặt nạ, nhất là tại những sự kiện như ngày hội thể thao ở trường. Khi nhận ra rằng, cái vẻ ngoài được cẩn thận che đậy của họ đang bị

cuốn theo diễn biến cuộc đua, họ lập tức lùi lại, cố giữ vẻ bình thản và thốt lên "Ôi! Chỉ là vui thôi mà."

Thiên Nga rất khéo léo và sẽ đưa ra lời khen ngợi con bạn, để bạn không mảy may đề phòng. Họ thường tỏ ra cảm thông và hứng thú lắng nghe những bi kịch dạy dỗ con mà bạn gặp phải. Nhưng khi sắp xếp lại sự việc, bạn sẽ nhận ra Thiên Nga đã khéo léo thâu tóm bạn và xóa tan sự đề phòng của bạn. Bằng cách đó, họ thu thập được nhiều thông tin về con bạn, trong khi bạn chẳng hề biết gì về con họ.

Những dấu hiệu khác dễ nhận thấy, đó là Thiên Nga thường tỏ ra kiểm soát quá mức về các buổi hẹn hò, e ngại bọn trẻ

sẽ đảo tung thứ tự ngôi nhà họ - họ không muốn bạn biết gì về nó cả. Không bao giờ có chuyện đưa ra lịch hẹn chơi vào phút cuối, vì họ cần thời gian để giấu hết những cuốn sách và những dụng cụ giáo dục của mình.

KẺ BẮT CHƯỚC

Nếu con bạn đặc biệt giỏi một lĩnh vực nào đó, ví dụ như một hoạt động ngoại khóa không phổ biến mà chưa ai nghe đến, hoặc con bạn chơi cực kỳ tốt một bản nhạc, thì hãy cẩn thận. Kẻ "bắt chước" đang ở ngay sau bạn, lập tức họ ghi danh cho con họ tham gia lớp học tương tự, hoặc mua cùng một cuốn sách nhạc giống bạn. Thường kẻ "bắt chước" là các bà mẹ, họ theo dõi đường đi nước

bước của bạn một cách sát sao, vì họ cho rằng chắc hẳn bạn đang làm điều gì đó đúng đắn cho con bạn, và họ không muốn con họ bị bỏ lỡ.

ĐIỆP VIÊN

Là phiên bản tiêu cực trên bảng chỉ số cha mẹ hổ, "Điệp viên" là những bậc cha mẹ sử dụng các phương pháp ngầm, nhằm tìm hiểu xếp hạng của con bạn so với con họ. Và liệu vị trí của con họ có bị đe dọa gì không. Họ là những bậc cha mẹ hổ có thể bám theo bạn từ trường về, để tìm hiểu xem bạn cho con học thêm ở đâu hoặc là người đưa cho con bạn bài kiểm tra đánh giá trình độ nhân dịp con tới buổi hẹn chơi tại nhà họ. "Điệp viên" sẽ sử dụng những thông tin nội bộ này

để tìm hướng làm con họ học chăm hơn, và vượt qua con bạn.

CHA MẸ ÂM NHẠC

Các bậc cha mẹ âm nhạc là những người không thể giữ vẻ mặt bình thản khi nghe con biểu diễn nhạc, bởi vì đứa con bé bỏng mới mười tuổi của họ đã đạt tới lớp 6 nhạc lý rồi. Các bậc cha mẹ âm nhạc thường cạnh tranh với nhau trong những cuộc thi đua liên quan tới giải thưởng: các học bổng có tiếng hoặc vị trí chơi chính trong dàn nhạc của trường. Cha mẹ âm nhạc cạnh tranh theo luật riêng, mà chỉ họ mới hiểu, dựa vào giáo viên cấp cao nào họ có thể chi trả và trường nhạc nào họ cho con theo học.

CHA MẸ BỆNH HOẠN

Đây là những kẻ đáng sợ của thế giới cha mẹ hổ, những người đem lại tiếng rất rất xấu cho phương pháp nuôi dạy cạnh tranh. Thật may là số này khá ít, và không tụ tập gần nhau, nhưng họ luôn tỏ ra rất bình tĩnh. Trong trường hợp xấu nhất, chuyện về những gì họ gây ra sẽ xuất hiện trên mặt báo. Thường bị lấn sân với loại "Điệp viên", Cha Mẹ Bệnh Hoạn sẽ không bao giờ dừng lại, kể từ việc tuyên truyền tin đồn thất thiệt về những đứa trẻ khác mà họ cho rằng đó là mối đe dọa. Chiến thuật họ sử dụng là vu khống cho trẻ khác gian lận, bôi nhọ danh dự những trẻ đối thủ trong các cuộc đấu thể thao, và phóng đại thành tích con mình đạt được một cách quá

đáng. Những bậc Cha Mẹ Bệnh Hoạn này khi còn nhỏ thường phải chịu tổn thương bởi chính cha mẹ mình, dẫn đến hình thành chứng bất an mãn tính ẩn sau vẻ ngoài gai góc của họ. Trị liệu tâm lý là giải pháp duy nhất dành cho họ - nhưng thường họ lại không tìm đến trị liệu. Bạn hãy cố tránh xa những vị Cha Mẹ Bệnh Hoạn càng xa càng tốt, vì không gì có thể khiến họ dừng bước, thậm chí cả người bạn đời của họ - người thường bị ép buộc phải phục tùng, hoặc bị tẩy não để đồng hành cùng họ. Điều này thường dẫn đến cái kết đau lòng, nhất là cho những đứa con của họ.

NHÂN TỐ X

Đây là những vị phụ huynh luôn xuất

hiện ở hàng ghế đầu trong các buổi biểu diễn, luôn lớn giọng cổ vũ con trong khi tay giữ chặt máy quay phim, họ không ngừng quay lại màn trình diễn của con. Họ đưa con lên sân khấu trường học mỗi cuối tuần, và đăng tải toàn bộ video lên Youtube với hy vọng sẽ biến con thành Hiện tượng Youtube, và thu hút được sự chú ý của các nhà tìm kiếm tài năng.

KẺ KÊNH KIỆU-KHIÊM NHƯỜNG

Kẻ Kênh kiệu - Khiêm nhường hiểu rõ rằng, thật chẳng hay ho gì khi tỏ ra mình là cha mẹ cạnh tranh trước mặt người khác. Tuy nhiên, họ không thể kiềm chế bản thân, nên họ tìm cách sáng tạo để thực hiện việc đó. Kẻ Kênh kiệu - Khiêm nhường là loại cha mẹ hổ phổ

biến nhất đối với những người lần đầu làm cha mẹ. Chiến thuật chung được sử dụng là: đăng tải những bài viết lên Facebook tỏ ý lo ngại về sự phát triển của con, vì con thông minh trước tuổi nên họ sợ con sẽ nhanh chán với việc học hành. Một chiến thuật cổ điển khác là phàn nàn với ai đó rằng, họ thậm chí còn không thể phát âm được một số từ trong quyển sách đọc tiếng Anh (trình độ rất cao) của con - và thắc mắc liệu họ có cần phải trau dồi lại vốn từ của mình để theo kịp đứa con sáu tuổi - đứa trẻ mà hiện đã có thể chơi trò Simon Says bằng tiếng Trung Quốc. Việc mọi người giả câm giả điếc khi nghe họ kể lể, là bằng chứng cho thấy các bậc cha mẹ khác chẳng ưa gì trò này, và mặc dù biết điều

đó, các bậc cha mẹ Kênh kiệu – Khiêm nhường này không thể đừng được.

CHA MẸ PHI THƯỜNG

Các bậc cha mẹ này mong mỏi tài năng của con họ được công nhận, thường ở những lĩnh vực như cờ vua hay âm nhạc. Họ dành một khoản tiền và thời gian nhất định để chăm sóc cho tài năng đặc biệt của con, họ trở nên rất nhạy cảm và yêu cầu có sự xử lý đặc biệt từ nhà trường nếu vì một lý do nào đó họ nghĩ rằng con không được để ý. Sau khởi đầu mạnh mẽ, cha mẹ Siêu Nhân sẽ nhận thấy càng có đà để leo cao đến con đường khác khó khăn hơn, và gặp càng nhiều những đứa trẻ tài năng bẩm sinh xuất sắc hơn con họ. Hoặc các bậc Cha

Mẹ Phi Thường vì thế mà quyết định giữ con lại trường cũ, để “Thằng chột làm vua xứ mù”. Hoặc họ có thể chẳng còn thiết tha cạnh tranh với ai nữa.

ĐIỀU TRA VIÊN

Không tinh vi như Điệp Viên, Điều Tra Viên thường là những bà mẹ luôn tỏ ra rất cạnh tranh và lo lắng đến mức họ không che giấu nổi cảm xúc của mình. Để tìm hiểu xem con bạn đang chuẩn bị thi SAT mức độ nào, họ sẽ đưa ra một mẩu thông tin mồi về con họ, với hy vọng bạn sẽ đáp lời chia sẻ - nhưng nếu việc nhử mồi không thành công, họ sẽ chuyển sang điều tra trực tiếp. Triết lý của họ có thể cô đọng lại là “giữ bạn gần mình, và giữ kẻ thù gần hơn”. Câu mở

đầu thường thấy ở Điều Tra Viên sẽ là "Bé Mellisa nhà tôi đang học piano trình độ ba. Con chị trình độ mấy rồi? Cháu tập luyện nhiều không?"

KẺ ĐÁ THAY

Cha mẹ kiểu này thường có những đứa con không được coi là "xuất sắc" theo định nghĩa hẹp của từ này ngày nay, vì vậy họ ra sức ghi điểm bằng cách luyện tập thể thao chuẩn bị cho cuộc đua phụ huynh tại ngày hội thể thao. Hoặc họ bỏ ra rất nhiều nỗ lực cho mọi cuộc thi tài khác, từ thi trang phục lễ Phục sinh cho tới cuộc thi trang phục Ngày hội thế giới. Thường họ là những ông bố bà mẹ sáng tạo và kém tổ chức, họ cũng đầy tính cạnh tranh như các bậc phụ huynh

khác, nhưng họ phải dùng các phương pháp thay thế để trả đũa các đối thủ có tính tổ chức tốt hơn. Họ cũng mong rằng tính nghệ sỹ của họ, sẽ khiến cho mọi người tự thấy mình kém cỏi và ít sáng tạo ra sao. “Kẻ Đá Thay” sẽ nỗ lực để tổ chức một bữa tiệc trẻ em tuyệt vời nhất. Bi kịch là những nỗ lực này thường bị các bậc cha mẹ hổ khác lơ đi, vì đối với họ thành công trong học tập mới là điều đánh dấu thành công của trẻ.

KẺ TUNG TIN ĐỒN

Khá giống với kiểu Thiên Nga, nhưng Kẻ Tung Tin Đồn lại gặt hái được ít thành công hơn. Vì con họ thường không phải đứa trẻ xuất sắc, các bậc cha mẹ này thỉnh thoảng sẽ có cảm xúc lo

lắng - thụ động đối với những bậc cha mẹ có con tài giỏi hơn. Kẻ Tung Tin Đồn cũng cố gắng tránh sự chú ý vào bản thân mình, bằng cách hướng sự chú ý vào kiểu dạy con cạnh tranh của những bậc cha mẹ khác. Con mồi của Kẻ Tung Tin Đồn sẽ là những đứa trẻ đang được ai gia sư, trẻ nào nhận được sự thiên vị của giáo viên do cha mẹ đóng một số tiền lớn để ủng hỗ quỹ xây dựng thư viện trường. Kẻ Tung Tin Đồn nâng cao địa vị thông qua việc truyền bá những thông tin tạo nên sự hoang mang cho các bậc cha mẹ khác, rồi sau đó ngồi quan sát và thưởng thức trận chiến.

KẺ BẮT NẠT

Đây là bậc cha mẹ luôn xung phong làm

mọi việc để giúp con sẵn sàng tham gia vào các kỳ thi hoặc kỳ xét học bổng, điều đó khiến bạn cảm thấy ngán ngẩm và không buồn cạnh tranh với họ nữa. Kẻ Bắt Nạt sẽ sử dụng chiến thuật của Điều Tra Viên và Điệp Viên để tìm ra thông tin về con bạn càng nhiều càng tốt, và sau đó dội cho bạn cả núi thông tin về những thành tích mà con họ đạt được. Mục đích của việc này là gửi cho bạn thông điệp giả rằng: Con bạn đã quá chậm, và cháu sẽ không có cơ hội nào để cạnh tranh được với con họ. Vì vậy thay vì chiến đấu lại, bạn nên quyết định rút lui - điều mà Kẻ Bắt Nạt luôn chờ đợi.

TAY TRONG

Tương tự như Kẻ Bắt Nạt, những ông bố bà mẹ này điều khiển hệ thống từ bên trong. Cho dù đó là một câu lạc bộ thể thao địa phương, hay hội đồng nhà trường, Tay Trong luôn cố tạo ra ấn tượng rằng, họ có tiếp cận và điều khiển - mặc dù họ thường tỏ ra có nhiều quyền lực hơn thực tế. Tay Trong nắm bắt được mọi cơ hội, các buổi tập thể thao hay các buổi thử giọng mà chắc hẳn con bạn cũng muốn tham gia - nhưng sẽ không bao giờ họ tiết lộ một lời nào, vì e ngại có thể con bạn được chọn thay vì con họ.

KẺ ÁM SÁT

Đây là kiểu cha mẹ nằm chờ thời cơ, tranh thủ lật đổ bạn khi có cơ hội - làm

bạn choáng váng bất ngờ. Kẻ Ám Sát biết con bạn chính là gót chân Asin (điểm yếu) của bạn. Cha mẹ kiểu này cũng biết rõ rằng, nếu bạn đáp trả, bạn sẽ trông có vẻ như bị hoang tưởng - nên họ dựa vào điểm yếu này để tấn công bạn. Kẻ Ám Sát ban đầu muốn làm dịu bạn bằng cách khen ngợi con bạn, để bạn không còn đề cao cảnh giác và họ sẽ cảm thấy bối rối không biết lúc nào họ sẽ tấn công. Một khi bị đánh úp, bạn bỏ đi và không thể hiểu tại sao họ lại làm được điều đó - và cảm thấy giận dữ vì mình đã không chiến đấu lại.

CHIA SẺ THỰC TẾ

"Khi bé Phoebe mới được tám tháng rưỡi, bé đã biết lật lần đầu tiên. Tôi thực

sự vui mừng nên đã tới nhóm NTC để kể cho các bà mẹ khác - và tôi được nghe một câu chuyện khác rằng, một bé khác ở độ tuổi đó đã bắt đầu biết đi. Tôi và chồng tôi đều tốt nghiệp Oxbridge, và chúng tôi cứ nghĩ rằng con chúng tôi hẳn sẽ biết làm mọi thứ trước con bạn. Đúng là một cú sốc cho chúng tôi.”

Annabel, lần đầu làm mẹ

“Tôi từng yêu mọi thứ con gái tôi làm. Rồi đến khi cháu bốn tuổi, cháu mang về nhà một vài bức vẽ có vài chữ viết ở phía sau. Ở tuổi cháu, cháu vẫn cần nối các ô chấm để viết chữ. Nhưng đằng sau bức vẽ ấy lại là một câu hoàn chỉnh, chữ viết nắn nót, có đủ cả dấu chấm, dấu phẩy và viết hoa. Tôi hỏi con có phải

một bạn trong lớp đã viết dòng chữ đó không, và con trả lời đúng. Đó là lúc sự sợ hãi trong tôi bắt đầu dâng trào, và từ đó tới giờ tôi vẫn chưa cảm thấy bình tâm lại.”

Louise, mẹ của hai con

“Ở trường tiểu học nơi con trai tôi đang theo học, các bậc phụ huynh sẽ trao đổi với giáo viên về những vấn đề liên quan đến việc học đọc của con họ, sử dụng giấy note dán, hoặc bằng bút chì để bất kỳ trao đổi nào cũng có thể được xóa đi sau khi xong. Bởi vì bạn đâu muốn các phụ huynh khác biết rằng, con bạn có vấn đề khi họ đọc nhật ký học đọc của lớp mỗi ngày hẹn chơi.”

Caitlin, mẹ của hai con

NHỮNG DẤU HIỆU CHO THẤY BẠN LÀ CHA MẸ HỔ

Bạn có sử dụng ngày hội trường như một cơ hội để tìm hiểu xem thành tích học tập của con bạn so với bạn bè trong lớp như thế nào? □

Khi bạn thấy một đứa trẻ khác đạt thành tích tốt, liệu câu đầu tiên bạn tự hỏi có phải là: "Tại sao con trai/con gái mình lại không làm được như vậy?" □

Bạn có cảm thấy lo lắng trước kỳ kiểm tra của con, trước các cuộc thi tài của con, hoặc trước kỳ họp phụ huynh? □

Bạn có thường tự hỏi: Không biết các bậc cha mẹ khác làm thế nào mà con họ lại đạt thành tích tốt hơn con bạn? □

Bạn có biến những hoạt động bình thường của con thành những cuộc cạnh tranh không cần thiết, ví dụ ai ăn nhanh nhất? □

Bạn đã bao giờ thổi phồng thành tích của con trước mặt những cha mẹ khác? □

Bạn có thấy bứt rứt khó chịu khi thấy con người khác thể hiện tài năng? □

Bạn có cảm thấy khó khăn khi chúc mừng cha mẹ của những đứa trẻ khác vì thành tích mà trẻ đạt được? □

Bạn không xây dựng được tình bạn thực sự với các vị phụ huynh khác? □

Bạn có coi các trẻ mới vào lớp của con

như những đối thủ tiềm năng - và tìm cách tìm hiểu xem trình độ của chúng tới đâu? □

Bạn có khăng khăng đòi hỏi con nhận được sự đối xử đặc biệt từ nhà trường, vì lo sợ tài năng của con không được chú ý? □

Bạn không cần suy nghĩ, liền mua sách hoặc đăng ký cho con tham gia những chương trình nói rằng nếu tuân theo một thời lượng luyện tập nhất định do chương trình đề ra, con bạn chắc chắn sẽ giỏi trong mọi lĩnh vực, từ đàn hát tới cờ vua.

Bạn có chạy đua với thời gian để đón và đưa con hết từ lớp ngoại khóa này tới

lớp ngoại khóa khác? □

Còn hai phân nhóm phụ khác của cha mẹ hổ, độc đáo tới mức chúng tôi sẽ dành phần riêng để nói về họ. □

NHÂN TỐ X/CHA MẸ HOA KHÔI NHÍ

Bạn không cần phải ghi danh cho con tham gia một trong số những cuộc thi hoa khôi nhí để cạnh tranh với những trẻ khác dựa vào vẻ bên ngoài, bạn sẽ tìm thấy sự cạnh tranh này ngay trong cuộc sống hằng ngày. Trong xã hội Nhân tố X ngày nay, ngày càng có nhiều bậc cha mẹ tin rằng, vẻ đẹp bên ngoài là một trong những tiêu chí quan trọng giúp trẻ vượt lên dẫn đầu. Và việc nuôi dạy con của cha mẹ hổ sẽ được mở rộng ra ngoài các lĩnh vực thông thường như học tập, thể thao hay nghệ thuật. Vẻ đẹp hình thức đã trở thành một trong số những lĩnh vực được các bậc cha mẹ cạnh tranh đầu tư vào.

Nếu cuộc thi Hoa hậu Thế giới chỉ dừng lại trên màn hình ti vi, thì phiên bản thu nhỏ đang diễn ra hằng ngày trên khắp các sân trường. Các bà mẹ có những cuộc hôn nhân sung túc nhờ sắc đẹp, thường khá vui mừng trau dồi vào đầu con gái mình ý niệm rằng, xinh đẹp nhất sẽ giúp con gặt hái thành công trong đời.

Như trường hợp Lucy, việc con gái mười lăm tuổi của cô bị mẻ răng khi chơi hockey đúng là trong cái rủi có cái may. Điều này trở thành lý do để Lucy đưa con gái Georgina đi lắp răng sứ Veneer, việc đó giúp cô bé có nụ cười “đẹp như ngôi sao Hollywood”. Giờ đây, Lucy hướng sự chú ý của mình vào một loại cạnh tranh khác: “Cô luôn tự hỏi rằng, liệu con gái mình có phải là người

nhận được nhiều lời xin hẹn hò nhất từ các cậu bé trong trường?”

Nicola thích làm điệu cho con gái mười tuổi Jennifer của mình. Gần đây, cô đã thuê thợ ảnh chuyên nghiệp chụp một số show ảnh, và đem gửi nó tới công ty đại diện người mẫu trẻ em, với hy vọng con sẽ kiếm được hợp đồng quảng cáo - điều mà cô biết sẽ khiến cả lớp hết sức ghen tị với Jennifer. Trong khi chờ đợi phản hồi, Nicola không nghĩ gì khác ngoài việc đưa bé Jennifer đi tới hiệu làm tóc danh tiếng, để hai mẹ con có cùng kiểu tóc sấy thời thượng, và đảm bảo Jennifer sẽ tỏa sáng trong buổi khiêu vũ ở trường. Đó là cách họ làm “nữ hoàng sắc đẹp” cùng nhau.

Những bố mẹ như Nicola sẽ không nghĩ gì khác ngoài việc cho con gái đi xăm lông mày, đi nối chân, hoặc mua mỹ phẩm cho chúng khi chúng vẫn còn học tiểu học. Họ gieo rắc vào đầu trẻ thông điệp rằng: "Chúng sẽ không thể xinh đẹp nếu không bỏ nhiều công sức và thời gian để làm đẹp". Và tất cả những điều này được cha mẹ biện minh rằng họ làm thế để giúp tăng sự tự tin cho con.

Thực sự thì việc biến con thành phiên bản tí hon của mẹ, là điều khá hấp dẫn với các bà mẹ - và cũng khá vui nữa - nhưng vấn đề là thay vì tạo cho con những giá trị tích cực và niềm cảm hứng, việc này lại đem lại cho con ấn tượng hời hợt về điều gì là quan trọng trong cuộc sống.

Thường chúng ta sẽ không để ý tới thông điệp chúng ta trao tới trẻ. Việc lo lắng con gái mình bị bắt nạt vì vẻ ngoài, có thể khiến các bà mẹ sốt sắng thay đổi ngoại hình của con. Họ nói rằng, tất cả vì lợi ích tốt nhất của con, con cần phải ăn kiêng, hoặc họ thậm chí chi tiền để con phẫu thuật thẩm mỹ. Kể cả khi chúng ta không nói thẳng ra là ta muốn con phải xinh đẹp, thì thông điệp vẫn được truyền đi thông qua việc chúng ta để ý điều gì ở con, đánh giá của chúng ta về con, thời gian và tiền bạc ta khuyến khích con sử dụng để thay đổi vẻ bề ngoài.

Thực ra bọn trẻ đã tự cạnh tranh nhau về vẻ bề ngoài, mà không cần cha mẹ tạo thêm áp lực và biến việc thay đổi vẻ

ngoại hình của con thành chuyện to tát. Cũng tương tự như việc biết vị trí học lực của con mình trong lớp, tôi đã từng gặp những cô bé mới sáu tuổi xếp thứ hạng trong lớp theo thứ tự ai xinh đẹp nhất - từ một tới mười lăm.

Xu hướng này cũng đã lan rộng tới YouTube, nơi có rất nhiều video clip của các em học sinh cấp một xếp loại về thứ hạng “hot or not” (đẹp hay không đẹp) - và những clip đáng buồn của các bé gái chỉ khoảng tám tuổi, đề nghị những người lạ mặt trên đường đưa ra đánh giá xem các em xinh đẹp hay xấu xí.

Bằng việc đưa con bước lên sàn catwalk cuộc đời quá sớm - chúng ta đã đánh cắp tuổi thơ của con - và vô tình đẩy trẻ vào

con đường bất mãn vô tận. Nhất là các cô bé, bắt đầu tin rằng nên dành thời gian và năng lượng quý báu của mình vào việc cải thiện nhan sắc, thay vì tập trung cho những điều thực sự quan trọng. Các giáo viên đã kể với tôi rằng, họ thấy vô cùng bất mãn khi học sinh dành toàn bộ giờ nghỉ giải lao để thoa lại son bóng, kẻ lại chì mắt bị mờ - và không tham gia hoạt động thể thao vì sợ bị hỏng lớp mascara.

Các chuyên gia đã tới trường, trò chuyện với học sinh về ngoại hình cơ thể. Họ đã cho thấy rằng, cả học sinh nam và học sinh nữ đều sẵn sàng dành nửa tiếng mỗi buổi sáng trước khi đi học để ngắm vuốt trước gương cho đến khi chúng đảm bảo tóc chúng “nhìn đúng kiểu”.

Tất cả những điều này nghe có vẻ an toàn - thậm chí là “dễ thương” - khi trẻ học tiểu học. Tới trường cấp hai, từ “xinh” bắt đầu được chuyển nghĩa sang “gợi cảm”. Bởi vì “xinh đẹp thường có quà” - mọi người luôn tập trung chú ý tới những người xinh đẹp - nên các em học sinh, đặc biệt là các em gái bắt đầu tin rằng ngoại hình chính là thứ khiến chúng đặc biệt và nổi tiếng.

Bằng việc cạnh tranh thông qua vẻ bên ngoài, chúng ta đã phóng đại tầm quan trọng của một phẩm chất vốn đã bị quá phóng đại trong xã hội ngày nay. Là cha mẹ, chúng ta cần tích cực nói với con rằng: “Con xinh đẹp - vì nếu không chúng sẽ mặc định rằng chúng không hề xinh đẹp”. Nhưng đồng thời, chúng ta

nói rõ với con rằng, vẻ đẹp chỉ là một phần của con, chứ không phải là tất cả.

CHA MẸ HỔ THỂ THAO

Sân thi đấu thể thao chính là nơi các bậc cha mẹ hổ thực sự được tháo cũi sổ lồng. Nói gì đi nữa, mục đích của thi đấu là giành chiến thắng, nên đây là cơ hội để cha mẹ có thể hoàn toàn thoải mái bộc lộ bản chất cạnh tranh của mình.

Sân đấu cũng là một nơi đầy cảm xúc, đó chính là một sân chơi xếp loại đẳng cấp, là nơi chứng minh cho mọi người thấy con bạn có khả năng hay không.

Trong nỗ lực ổn định tình hình, nhà trường thường khuyến cáo phụ huynh khi tham dự ngày hội thể thao cần phải cổ vũ cả đội, chứ không chỉ cổ vũ riêng con mình. Một số trường còn cấm tuyệt đối phụ huynh tham dự sự kiện, để chắc

chắn mọi việc được diễn ra an toàn.

Các sự kiện thể thao được coi là lãnh thổ của các ông bố hổ. Các ông bố muốn con xuất sắc ở môn thể thao họ yêu thích - hoặc môn họ đã từng chơi ở trường. Các ông bố đặc biệt tin rằng, trong thể thao càng thúc ép sẽ càng khiến con trở nên kiên cường. Trẻ càng leo cao, viễn cảnh vinh quang và cơ hội học bổng như được đà nhảy múa trước mặt. Các vị phụ huynh càng bị mờ mắt và tăng cường huấn luyện con cái một cách tiêu cực hơn, trừ khi họ giữ được điềm tĩnh để có thể kiểm soát tình hình. Không có gì lạ, khi những đứa trẻ có năng khiếu bẩm sinh cũng dần bị thoái hóa bởi các chương trình huấn luyện thể thao - và tỉ lệ trẻ vươn lên tới đỉnh vinh quang là

cực kỳ ít.

Tất nhiên, đa số chúng ta chỉ quan tâm đến vấn đề liệu con có được vào đội hình một, đội hình hai hoặc thậm chí có được chọn hay không. Nhưng tôi cũng không ngần ngại nhắc bạn, hãy ghi nhớ rằng mục đích của thể thao phải là để con bạn yêu thích nó. La hét hoặc biểu diễn các điệu nhảy ăn mừng chiến thắng lố lăng như tôi đã thấy một bà mẹ đã làm trong trận bóng của một trường cấp một - là phản tác dụng. Bởi vì, thay vì cảm thấy được cổ vũ vì thi đấu tốt, những hành động của cha mẹ lại khiến trẻ xấu hổ và ức chế. Các huấn luyện viên trường học đã quan sát và cho thấy rằng khi áp lực từ phía cha mẹ trở nên quá mức, một vài trẻ sẽ giả vờ bị chấn

thương để thoát khỏi sự chú ý. Những đứa trẻ khác thì đơn giản phản ứng bằng cách không bao giờ chơi thể thao nữa.

CHIA SẺ THỰC TẾ

"Tôi ghét thói bí mật giấu giếm. Vợ chồng người hàng xóm đề nghị tôi trông con giúp họ, mỗi tuần một lần và nó kéo dài trong một năm. Tôi đã vui vẻ nhận lời vì cháu là cô bé rất đáng yêu, và cháu chơi với con tôi rất hợp. Họ không nói cho tôi biết lý do, mãi sau này tôi mới nhận ra họ nhờ tôi trông giúp con để họ có thể đưa con trai đi học nhạc chuẩn bị thi giành học bổng. Họ không nói cho tôi biết vì sợ con tôi cũng sẽ đăng ký thi."

Sheryl, mẹ của ba con

"Một trong những kỉ niệm khi tôi làm cha mẹ hổ là khi con gái ba tuổi của tôi mang cuốn truyện yêu thích của cháu tới buổi hẹn chơi nhóm. Cháu thuộc lòng nó - thậm chí cháu còn biết khi nào phải lật trang. Tôi ngồi xuống, cạnh bà mẹ có tính cạnh tranh nhất trong nhóm, lấy cuốn sách ra và đề nghị con đọc nó. Cháu cứ thế đọc vanh vách cuốn truyện. Chứng kiến giông bão nổi lên trên mặt các bà mẹ khác, thật là kinh sợ."

Judith, mẹ của hai con

"Tôi không muốn can thiệp niềm vui làm mẹ của bạn tôi, nhưng hình như cô ấy nghĩ việc đem so sánh hai đứa trẻ với

nhau là niềm vui hay sao ấy. Lúc thì xem đứa nào phát âm được chữ cái cô ấy viết ra. Rồi thì đứa nào đá bóng giỏi nhất. Tôi chắc cô ấy nghĩ rằng điều đó rất vui, nhưng thật sự tôi thấy rất căng thẳng và tôi không hứng thú với nó. Tôi không biết phải nói với cô ấy chuyện này thế nào để cô ấy không nghĩ tôi đang giận dữ hay phòng ngự quá đáng."

Kirsty, mẹ của một con

"Tôi thực sự hiểu kiểu nuôi dạy con cạnh tranh này dễ lây lan ra sao khi một lần trong công viên, tôi đang đẩy xích đu cho con. Tôi đếm mỗi lần đẩy, từ một tới hai mươi, để giúp con học số, và có lẽ chờ đợi con sẽ nhắc lại theo tôi. Tôi cứ tiếp tục tập trung làm như vậy, rồi tôi

bất chợt nghe thấy bên cạnh mình, một ông bố khác cũng đang làm điều tương tự với con của họ.”

Antony, bố của hai con

Không bàn tới xây dựng tính cách, nghiên cứu đã chỉ ra rằng việc thúc ép trẻ tham gia thể thao quá sớm khi thể lực của trẻ chưa sẵn sàng sẽ gây hại không chỉ cho sức khỏe - mà còn khiến trẻ có cảm giác thua kém tự ti. Khi trẻ đến tuổi mười lăm, nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng, có khoảng 80% - 90% thiếu niên không thi đấu thể thao nữa, các em nói rằng nó quá cạnh tranh và không đem lại niềm vui. Bằng việc này, các em đang tự tách mình ra khỏi những hoạt động giúp các em khỏe mạnh và giữ vóc dáng

trong suốt cả cuộc đời. Vì vậy, mỗi khi trận đấu kết thúc, thay vì hỏi “Con có thắng không?”, bạn hãy hỏi “Con chơi có vui không?”. Thay vì nghĩ tới vinh quang, hãy nghĩ đến mục tiêu khác: Hãy khiến con thực sự yêu thích thể thao và tình nguyện tham gia thể thao để giữ thể chất và tinh thần khỏe mạnh lâu dài.

NUÔI DẠY CON KIỂU CHA MẸ HỔ GÂY ẢNH HƯỞNG NHƯ THẾ NÀO TỚI MỐI QUAN HỆ VỢ CHỒNG

Bạn hẳn cho rằng, những vấn đề như thảo luận việc nên dạy con theo kiểu cha mẹ hổ tới mức độ nào sẽ gây ra xích mích trong quan hệ của vợ chồng. Nhưng thực tế thì, sự căng thẳng trong quan hệ của các cặp cha mẹ lại ít khi xuất phát từ việc có nên thúc ép con hay

không. Những người thành công thường kết hôn với nhau - và họ muốn con cái họ cũng có cuộc sống sung túc như họ. Điều đó có nghĩa là, đa số các cặp vợ chồng đều chung quan điểm, người này củng cố nguyện vọng của người kia, và có chung mục tiêu là củng cố cho con cái. Chỉ có một ngoại lệ là ở lĩnh vực thể thao, các ông bố có thể mù quáng thúc ép con trai tham gia môn thể thao họ thích, còn các bà mẹ thì cố gắng chỉ ra rằng con trai họ ghét việc đó.

Nguy cơ thực sự đối với mối quan hệ của các cặp vợ chồng này đến từ mức độ stress ngày càng gia tăng trong gia đình, là kết quả của lịch học và hoạt động quá tải mà cha mẹ đặt ra cho con cái. Trẻ càng lớn, những hoạt động ngoại khóa

như âm nhạc và thể thao càng tăng lên, và những hoạt động này chiếm hết cả kỳ nghỉ cuối tuần. Kết quả là thay vì việc dành thời gian ở bên nhau, các cặp vợ chồng lại tất bật chở con đi tham gia các hoạt động khác nhau, như thể họ đang tham gia cuộc đua maratong vậy.

Đáng lẽ gia đình cần dành thời gian ở bên nhau nhiều hơn, nhưng họ lại luôn tỏ ra vội vã trong suốt cả một tuần, dĩ nhiên nó sẽ khiến các cuộc cãi vã nổ ra. Dianne là một ví dụ, cô đã trở nên giận dữ khi chồng cô là Tim lại có vẻ như không thấy được sự quan trọng của việc đưa ba đứa con đi học cricket tennie và lý luận âm nhạc.

Dianne, là chủ một doanh nghiệp nhỏ,

đã chia sẻ: "Tôi cũng thích được ngủ nướng cuối tuần, nhưng tôi chẳng có lựa chọn nào khác, buộc phải sắp xếp các hoạt động của con vào thứ Bảy và Chủ nhật. Nó giúp giảm căng thẳng trong tuần, nhưng Tim lại nghĩ như thế thật bất tiện. Anh ấy thích ánh hào quang phản chiếu khi bọn trẻ đạt kết quả tốt, nhưng anh ấy không biết trân trọng công sức tôi bỏ ra để các con đạt được mức đó. Anh ấy nghĩ anh ấy có quyền được nghỉ ngơi cuối tuần, nhưng tôi muốn anh ấy phải tham gia gánh vác cùng tôi".

Các ông bố bà mẹ cũng xung đột với nhau về việc nên sử dụng phương thức nào để dạy con - và mỗi người lại tự đưa ra những ý tưởng và cách thức đã áp dụng hiệu quả với tuổi thơ của họ. Cô

Grace nói: “Chồng tôi, Neal, đến từ một gia đình có cha làm trong quân đội, và ông ấy thường xuyên phải đi xa. Ông sử dụng nguyên tắc “bàn tay sắt” với con, đe dọa con khi con không học chăm chỉ ở trường, điều đó khiến con sợ hãi và khóc nức nở mỗi khi đạt thành tích chưa tốt. Neal tin rằng, phương pháp “Gây sốc và gây kinh hãi”[1]của bố anh ấy rất hiệu quả, nhưng tôi lại không đồng ý. Tôi tin rằng, nó sẽ mang lại hiệu quả hoàn toàn trái ngược, vì mối quan hệ ngày nay giữa cha mẹ và con cái đã khác xưa”.

[1] *‘Shock and Awe’ (Gây sốc và gây kinh hoàng) là một chiến lược quân sự nổi tiếng của quân đội Mỹ đã được áp dụng trong nhiều cuộc chiến tranh. Chiến*

lược này dựa trên nguyên tắc cơ bản là tấn công mạnh và dồn dập, giúp mau chóng tiêu diệt khả năng chống đỡ của đối phương một cách đồng loạt.

Chuyên gia tư vấn David Code tin rằng, cha mẹ ngày nay đã quá vội vàng đặt con cái lên trên cuộc hôn nhân của mình, trong khi món quà lớn nhất cha mẹ có thể dành cho con cái là sự an toàn đảm bảo xuất phát từ một mối quan hệ bền vững. Khi căng thẳng gia tăng giữa vợ chồng, họ lại càng tập trung nhiều hơn vào con cái, tạo thành cái vòng luẩn quẩn tiêu cực. Một chuyên gia tư vấn khác nhớ lại chuyện gặp một cặp vợ chồng, họ nói họ không có thời gian dành cho nhau vì họ quá bận rộn với cậu con trai, đang theo học một trường danh

tiếng. Cô kể lại: “Tôi đã hỏi họ vậy nếu họ li dị thì điều đó sẽ giúp gì được cho con trai họ. Thật lạ là vì lý do nào đó, họ chưa từng nghĩ tới câu hỏi này.”

NUÔI DẠY CON KIỂU CHA MẸ HỔ GÂY ẢNH HƯỞNG TỚI MỐI QUAN HỆ BẠN BÈ RA SAO

Là người lớn, dù chúng ta không thích thú gì, nhưng chúng ta cũng đã quen với việc đối phó với sự cạnh tranh từ những người lớn khác. Tuy nhiên, ta lại thấy khó chấp nhận nếu con bị lôi vào cuộc.

Hầu hết chúng ta đều nhận thấy các bậc cha mẹ muốn biến việc nuôi dạy con thành một cuộc cạnh tranh. Nhưng cho dù có muốn hay không, thì trong cộng đồng chặt chẽ như chúng ta sống hiện nay, sẽ thật khó để bạn tránh được việc các bậc phụ huynh coi bạn là đối thủ. Và khi sự cạnh tranh bắt nhịp với mối quan hệ bạn bè hoặc quen biết mà chúng ta tạo dựng với các phụ huynh khác, kết

quả có thể là sự ganh ghét và bất mãn âm ỉ.

Đầu tiên, cần chỉ ra rằng các bậc cha mẹ cạnh tranh chỉ tìm kiếm đối thủ là những người có con đạt thành tích tốt trong cùng lĩnh vực với con họ. Nên nếu con bạn đội sổ lớp về môn số học, thì hẳn những phụ huynh khác sẽ chẳng để ý gì tới bạn, vì họ còn đang bận lên kế hoạch cho con mình thắng giải Toán vào cuối năm.

Tuy nhiên, nếu một phụ huynh đầu tư rất nhiều để con gái trở thành diễn viên xuất sắc nhất, và con gái bạn lại nhận được vai diễn chính Titania trong vở “Giấc mộng đêm hè” tại buổi diễn của trường, thì chắc chắn bạn đã bị đưa vào tầm

ngắm. Đó là lí do tại sao những phụ huynh khác vẫn có thể vui vẻ khi biết có một thành viên trong nhóm là cha mẹ hổ - đơn giản vì họ biết con họ không phải mối đe dọa.

Hãy lưu ý rằng, tôi sẽ nói chủ yếu về các bà mẹ trong phần này. Không phải vì các ông bố không cạnh tranh với nhau. Tất nhiên là họ có, nhưng đàn ông thường có xu hướng chắc chắn, thẳng thừng và công khai hơn trong chuyện cạnh tranh. Và xã hội cũng coi việc đàn ông cạnh tranh là điều dễ chấp nhận hơn.

Tuy nhiên, khi sự thù địch nổi lên giữa phụ nữ, nó thường được thể hiện kín đáo qua thái độ xung hấn-thụ động, có thể

âm ỉ hằng năm trời.

Đặt giả thiết rằng, bạn không phải người cạnh tranh, thì vẫn có nhiều lý do khiến các bậc cha mẹ khác chĩa mũi dùi vào bạn. Có người chỉ đơn giản không nhận ra họ đang có những điều mà người khác đang mong đợi. Khi họ ca ngợi thao thao bất tuyệt về con họ, bạn lại vô ý coi đó như thể họ có ý khinh thường con bạn. Những đợt đánh úp khác lại khiến bạn ngạc nhiên, vì nó đến từ những người mẹ đã rất thành công che giấu tâm lý bất an của mình. Nhưng nếu con bạn gần đây có sự nỗ lực vượt lên, họ sẽ chìm trong cảm giác họ chưa làm đủ tốt. Thay vì thể hiện thái độ trực tiếp, những bà mẹ này lại lén lút tấn công bạn.

Một kiểu frenemy (bạn bè kiêm kẻ thù) khác là những người cực kỳ tham vọng; có lẽ họ đã vượt qua nhiều cản trở để đạt được những gì như ngày nay, và được nuôi dạy với tinh thần sống sót. Họ tin thái độ “được ăn cả, ngã về không” sẽ quyết định mọi thành công - và họ áp dụng luôn nguyên tắc này cho việc nuôi dạy con cái. Với những người phụ nữ này, họ bỏ ra rất nhiều công sức để đảm bảo con sẽ thành công - đặc biệt nếu họ đã từ bỏ công việc toàn thời gian để chăm sóc con, và coi sự tiến bộ của con là nhiệm vụ của họ. Vì con họ đã trở thành đại diện chính thể hiện vị trí của họ, họ sẽ không thích thú gì khi có sự cạnh tranh. Trong mắt họ, không có chuyện con họ và con bạn cùng giỏi chung một việc.

Cho dù lý do là gì, thì kết luận vẫn là phương pháp nuôi dạy con cạnh tranh đang phá hủy các mối quan hệ, cả quan hệ bạn bè lẫn bạn bè xã giao, theo một cách không thể thay đổi. Nói cho cùng, cơ sở của tình bạn là bạn phải cảm thấy thực sự thoải mái với nhau. Còn khi bạn phải liên tục lo lắng xem liệu khi nào trò chơi khăm tiếp theo diễn ra, thì bạn luôn luôn phải sống trong tư thế đề phòng.

Tất nhiên, nếu các bà mẹ khác chỉ đơn giản ba hoa phóng đại, và bạn thấy bị tổn thương, thì rõ ràng bạn cũng cần xem lại vì sao bạn lại phản ứng thái quá như vậy. Hãy nhớ, những người cạnh tranh thường thấy khó chịu với những người cạnh tranh.

Ban đầu, khi một số bà mẹ cảm thấy họ trở thành đối tượng bị tấn công, họ sẽ quyết định lùi lại, nhằm ngăn không làm nảy sinh thêm sự ghen tức ở đối thủ, thậm chí họ tự nhận con mình thua kém để giữ cho mọi chuyện ở thế cân bằng. Như Anita kể lại: "Con trai tôi rất có khiếu thể thao. Nên nếu bà mẹ nào đó nói về khả năng của cháu kèm theo thái độ cạnh tranh, tôi sẽ nói: "Không, bé William chơi môn thể thao đó không tốt". Sau đó, họ không biết phải nói gì vì đã bị tước vũ khí. Và khi William tỏa sáng vượt qua con họ ở trận đấu tiếp theo, tôi cá họ sẽ cảm thấy ngu ngốc lắm. Để thực tế tự trả lời họ thì tốt hơn là tranh cãi với họ."

Christine kể lại chuyện một bà mẹ liên

tục gửi cho cô đường link tới YouTube để khoe các video biểu diễn âm nhạc của con gái. "Tất nhiên cô ấy làm thế vì muốn mọi người chúc mừng tài năng của con gái cô ấy, nhưng tôi cũng có thể nhận ra mọi chuyện không đơn giản như vậy, vì cô ấy cũng đang phóng đại trình độ của con mình."

"Trong khoảng ba lần đầu, tôi gửi lại lời chúc mừng. Nhưng khi con tôi thực sự thi đỗ trình độ sáu của một loại nhạc cụ khác, tôi đã không kiềm được lòng và gửi lại khoe cô ấy về một màn trình diễn rất tuyệt của con tôi tại liên hoan âm nhạc. Sau đó tôi nhận được một câu 'Tốt lắm.' cụt lủn – và từ đó tôi không nghe tin gì từ cô ấy nữa."

Việc chúng ta cố gắng chịu đựng đến mức nào, phụ thuộc vào việc chúng ta coi trọng tình bạn đó ra sao. Chưa bao giờ Tricia và Mary lại nghĩ đến việc cạnh tranh với nhau, cho tới khi con của hai cô chuẩn bị bước vào cấp hai. Mọi chuyện đã thay đổi khi cả hai đứa trẻ đều ứng tuyển vào cùng một trường công chọn.

“Hai thằng bé là bạn thân, tôi thực sự hy vọng cả hai đều đỗ. Nhưng cuối cùng chỉ có con tôi đỗ, bạn tôi tới và dành cả buổi tối để xỉ vả nhà trường. Cô ấy chỉ ra từng điểm bất ổn của trường, và nói rằng cô chưa bao giờ thực sự muốn cho con tới đó học, rồi nói các tiêu chuẩn tuyển chọn của trường thật nực cười.

Cuối cùng con cô ấy cũng vào được một trường tốt khác, nhưng bạn tôi không bao giờ hỏi tôi tình hình của con tôi nữa. Cứ như có một con voi trong phòng - một thứ rõ ràng tồn tại nhưng ai cũng lờ đi coi như không thấy. Sau đó tôi nghĩ rằng "Nếu bạn không thể chúc mừng cho con tôi, thì lý do cho tình bạn của chúng ta là gì?" Mối quan hệ của chúng tôi không bao giờ trở lại như cũ nữa.

CẦN LÀM GÌ

Trong những tình huống như đã nêu trên, nhiều phụ nữ quyết định sẽ tiến lên và tìm kiếm tình bạn khác. Nhưng nếu người đó nằm trong nhóm gần gũi của bạn, và bạn biết sẽ rất khó để tránh mặt hoặc bạn vẫn muốn cứu vớt tình bạn đó

thì có thể sử dụng một số chiến thuật giữ hòa bình như sau:

Nếu một bà mẹ cố tình khiêu khích cạnh tranh với bạn, hãy hướng sự chú ý tới một mục tiêu chung. Hãy nhắc cho họ rằng, cho dù bạn có những phương pháp dạy con khác họ, nhưng tất cả chúng ta đều muốn điều tốt đẹp nhất cho con mình.

Nếu sự cạnh tranh đang dâng cao, và bạn muốn đáp lại mà không gây hiềm khích, hãy cho bậc phụ huynh kia cái mà cô ta cần và khen ngợi con cô ta. Chuẩn bị một số chủ đề nói chuyện khác, và chuyển chủ đề nếu cô ta tiếp tục khoe khoang.

Bằng mọi cách, tránh sử dụng con làm vũ khí chiến đấu lại vì bạn muốn “cho cô ta biết mặt”. Nếu bạn làm vậy, bọn trẻ sẽ là nạn nhân phải chịu trận. Hãy biết lúc nào thì nên bỏ đi.

CHA MẸ HỔ - HÃY THU LẠI MÓNG VUỐT

Sau khi đọc cuốn sách này, tôi hy vọng bạn sẽ tự đặt ra câu hỏi: Liệu cha mẹ hổ có phải cách tốt nhất để nuôi dạy con hay không? Nhưng tới khi bạn đã sẵn sàng để thay đổi mình, hãy bắt đầu với một số giải pháp ngắn hạn sau đây.

THỪA NHẬN RẰNG CẠNH TRANH ĐANG GIẾT CHẾT NIỀM VUI NUÔI DẠY CON

Nếu sau khi đọc cuốn sách này và bạn không làm gì cả, ít nhất hãy thừa nhận thực tế. Bởi vì, việc so sánh bọn trẻ với nhau không thu được lợi ích gì, mà ngược lại còn khiến mất đi nhiều thứ. Trên hết, đó là sự tôn trọng con như một

cá nhân độc nhất. Không ai trong đời hiểu hoặc yêu con như bạn. Vì thế, đừng vì sự đánh giá của mọi người mà phá hủy mối quan hệ của bạn và con.

HÃY TRUNG THỰC

Nếu những bậc cha mẹ cạnh tranh thường xuyên làm bạn tức giận, có vẻ như chính bạn cũng đang cạnh tranh. Hãy tự hỏi bạn đang cạnh tranh về lĩnh vực gì và tại sao bạn lại quan tâm đến lĩnh vực đó như vậy?

HÃY PHẢN ỨNG ĐÚNG

Một vị phụ huynh khác đang kể lể khen ngợi con của họ, thì liệu điều đó có phải họ đang có ý coi thường con bạn không?

Đừng cho rằng họ có ý nói con họ giỏi điều gì đó, nghĩa là con bạn không. Rất có thể người kia chỉ muốn thực lòng chia sẻ tin tốt về con cô ấy. Hãy nghĩ tới nhân quả. Nếu bạn ủng hộ con người khác, nhiều khả năng họ sẽ ủng hộ con bạn. Ngược lại, nếu bạn nghĩ có vẻ như họ đang chơi trò cạnh tranh, hãy tránh ra khỏi cuộc tranh luận mà không tỏ vẻ ghen tị hay phòng thủ. Hãy đơn giản trả lời “Thế à, tuyệt quá” và rời đi.

THẬN TRỌNG KHI ĐƯA RA LỜI KHUYÊN

Nếu bạn có những người bạn thật thà, kể cho bạn nghe những điều lo lắng của họ về con cái (kể cả những điều rất thầm kín), hãy kiềm chế bản thân đừng vội

đưa ra lời so sánh hay giải pháp – cho dù bạn rất muốn giúp họ. Thay vào đó, hãy làm một người biết lắng nghe và cảm thông. Rebecca kể rằng, cô đã rất lo lắng về kết quả học tập của con, và cô trút hết tâm sự với một bà mẹ khác. “Có lẽ tôi đã hơi phóng đại mọi việc hơn cần thiết, vì sau đó cô ấy đã hỏi tôi liệu tôi có nghĩ đến việc cho con học ở trường học đặc biệt (dành cho trẻ kém trí tuệ) hay không. Hẳn là cô ấy thực tình muốn giúp, và muốn tỏ ra quan tâm. Nhưng vì con cô ấy đang học ở một trường chọn hàng đầu, nên lời khuyên cô ấy đưa ra khiến nó nghe có vẻ như cô ấy đang mỉa mai. Từ đó tôi không thể nói chuyện với cô ấy nữa.” Trong bối cảnh ngày nay, hãy nhớ rằng cái tôi của các bậc cha mẹ

trở nên cực kỳ nhạy cảm, và những lời khuyên chân thành lại hoàn toàn có thể bị hiểu sai.

TRÁNH LỚN GIỌNG

Không có gì sai khi bạn muốn làm một vị phụ huynh tận tụy. Nhưng việc sử dụng giọng tự kiêu, và thường nói lớn khi nói chuyện với con ở nơi công cộng càng khiến hình ảnh cha mẹ cạnh tranh trở nên xấu hơn. Bạn có dám nói bạn làm điều đó không vì mục đích thu hút sự chú ý của mọi người xung quanh, rằng con bạn đang làm rất tốt điều gì đó? Đừng khoe khoang. Cho dù con bạn nói được tên khó của một loài vật khi đi thăm vườn thú, hoặc phân biệt được quả cam và quả quýt khi đi ngang qua hàng

hoa quả, hãy thể hiện sự động viên với con bằng một chất giọng vừa đủ. Ngoài ra, việc biến con thành vật trưng bày sẽ khiến con có ý niệm sai lầm về giá trị của con đối với bạn.

TRÁNH BIỆN MINH

Các bậc cha mẹ hổ luôn viện ra rất nhiều lý do để biện minh cho phương pháp nuôi dạy của mình. Lý do chủ yếu thường thấy là “Với tôi, con là quan trọng nhất trên đời”, cứ như thể vì lí do đó mà mọi việc bạn làm đều chấp nhận được. Hãy tự cân nhắc lại các lý giải của bạn.

TÁCH CON RA KHỎI NHỮNG THÀNH TÍCH

Đúng vậy, chứng kiến một đứa trẻ khác đạt danh hiệu mà bạn nghĩ con bạn xứng đáng đạt được là việc rất đau lòng. Nhưng bạn cần phải hiểu và nhận ra rằng, chúng ta không cần con mang về nhà các loại chứng nhận thành tích như một minh chứng cho việc chúng ta là cha mẹ tốt – hay con là đứa trẻ tốt. Con bạn có thể có những tài năng nằm ngoài định nghĩa hẹp được công nhận. Hãy nhận ra những phẩm chất ở con như sự tử tế, sự rộng lượng và chu đáo. Hãy hướng tới mục tiêu làm cha mẹ tốt bằng cách nuôi dạy một đứa trẻ cân bằng nhất, biết chấp nhận bản thân nhất, chứ không phải một đứa trẻ thành công nông cạn nhất.

HIỂU RẰNG CHÚNG TA ĐỀU

CÙNG HỘI CÙNG THUYỀN

Con bạn sẽ không bao giờ hạnh phúc, hoặc yên ổn nếu bạn nuôi dạy con với thông điệp rằng “con phải chống lại thế giới”. Nuôi dạy con là một công việc khó khăn, vì thế bạn không cần phải biến con thành võ sĩ chiến đấu để chống lại những đứa trẻ khác.

PHẦN BA: LÀM THẾ NÀO THAY ĐỔI CÁCH DẠY CON KIỂU CHA MẸ HỔ

Cho tới đây, cuốn sách này đã lý giải tại sao phương pháp nuôi con kiểu cha mẹ hổ đã trở nên phổ biến, và tác hại của nó mang lại cho con cái chúng ta, và nó ảnh hưởng như thế nào đến sự phát triển của con cũng như tới mối quan hệ cha mẹ - con cái.

Tôi hy vọng với những bằng chứng đã cung cấp sẽ giúp bạn thấy rằng: “Việc đối xử với con, như thể chúng là những người chơi trong một show truyền hình kiến thức bất tận, đã không tạo nên một thế hệ trẻ thông minh, vui vẻ và thành công hơn. Mà ngược lại, nó còn đem

đến tác động hoàn toàn trái ngược.” Nếu con không đạt thành công ngay từ đầu, chúng sẽ tự cho mình là kẻ thua cuộc. Nhưng nếu con vượt qua được vòng đầu, chúng lại khiến con bị ám ảnh bởi việc phải cố giữ vị trí và trở thành những đứa-trẻ-nghiện-việc, để rồi nhận ra “phần thưởng” cuối cùng hoàn toàn không phải điều chúng mong muốn.

Đối với xã hội hiện nay, việc là một đứa trẻ bình thường đã không còn được chấp nhận nữa, những đứa trẻ trung bình, vốn chiếm số đông, giờ đây đang dần bị từ chối. Chúng hiểu rằng, mình sẽ chẳng bao giờ trở nên hoàn hảo nên chúng không buồn cố gắng nữa và quyết định đầu hàng. Vì những phẩm chất cá nhân tốt đẹp như sự cảm thông, tính hài hước,

tính cân bằng lại không thể đo đếm bằng các bài kiểm tra, nên chính bọn trẻ cũng không coi trọng nó nữa.

Trong thời đại đầy áp lực ngày nay, nhiều cha mẹ trở thành huấn luyện viên của con cái vì họ nghĩ đó là cách duy nhất để giúp con trở thành người chiến thắng.

Phần cuối của cuốn sách này sẽ chỉ ra cho bạn rằng, vẫn có những cách nhẹ nhàng hơn, ít gây tổn hại hơn, và hiệu quả hơn để giúp con phát triển. Đồng thời, phần này cũng chỉ cho bạn cách cung cấp cho trẻ những công cụ cần thiết, để giữ trẻ phát triển khỏe mạnh và cân bằng cảm xúc, đây mới chính là dấu hiệu thực sự của một cuộc sống thành

công.

Nhưng trước hết để giúp từ bỏ phương pháp cha mẹ hổ, ta phải tìm hiểu xem điều gì là nền tảng của phương pháp này.

DÀNH THỜI GIAN VÀ SUY NGHĨ

Cha ông chúng ta nếu còn sống hẳn sẽ rất ngạc nhiên, vì những nỗ lực ta bỏ ra để đưa con vượt lên trước những đứa trẻ khác. Giống như chúng ta, cha ông thế hệ trước cũng có chung bản năng phải bảo vệ con cái. Nhưng hơn nửa thế kỷ qua, bản năng đó đã bị thay đổi theo hướng khác. Thay vì bảo vệ, nó trở thành thúc ép.

Nuôi dạy con kiểu thúc ép đã trở thành một điều bình thường trong xã hội, bởi vì nó có tính lây lan cao. Khi ta nhìn thấy các bậc cha mẹ khác đẩy con lên phía trước, ta tự thấy mình cũng phải làm điều tương tự. Nếu con chúng ta không giành được lợi thế, ta tự nhủ rằng, chúng đang ở thế bất lợi. Được ươm

mầm bởi hàng loạt bài kiểm tra của nhà trường, cũng dễ hiểu khi chúng ta quyết định thuận theo dòng nước. Sau đó, chúng ta bị chìm sâu trong sự cạnh tranh tới mức khó mà ngoi lên mặt nước để nhìn thấy bờ. Vài người trong chúng ta thậm chí không thể làm gì khác nên đành để mặc bị cuốn đi.

Nhưng hãy dừng lại chỉ một phút, đứng lại giữa dòng nước và cân nhắc xem liệu những nỗ lực này có chắc chắn đem lại kết quả như bạn nghĩ. Ranh giới giữa khuyến khích và thúc ép rất mỏng manh. Và thường bạn chỉ nhận ra mình đã vượt qua nó khi đã quá muộn. Vì vậy, thay vì chờ đợi tới lúc đó, ngay bây giờ hãy nhìn xa và hãy tự hỏi bản thân những câu hỏi bạn còn thắc mắc.

MỐI QUAN HỆ GIỮA BẠN VÀ CON – BẠN MUỐN GÌ Ở NÓ?

Hãy thử tưởng tượng bạn gặp con hai mươi năm sau:

• Đề nghị con miêu tả tuổi thơ của con. Liệu con có miêu tả nó như một phép màu? Hay con nhìn lại và nghĩ nó như một cuộc chạy đua từ danh hiệu này tới danh hiệu khác?

• Hỏi con nghĩ gì về mối quan hệ của bạn và con trong những năm định hình tư duy hiện tại?

• Hỏi xem con có cảm thấy được yêu thương vô điều kiện vì chính con người mình? Hay con có nghĩ rằng, chúng

nhận được nhiều những nụ cười và sự tán thưởng của cha mẹ hơn mỗi khi chúng đạt thành tích tốt?

• Hỏi xem con có nhớ đã từng cảm thấy không xứng đáng được cha mẹ yêu thương khi con thất bại - hoặc có thấy sợ hãi phải đối mặt với cha mẹ vì sợ sự chỉ trích, phê bình?

Khi con đã trưởng thành hơn, liệu bạn và con có mối quan hệ cởi mở và hạnh phúc khiến con tình nguyện dành thời gian bên bạn không? Hay chúng thấy việc gặp bạn là nghĩa vụ, hoặc chỉ nhằm gây ấn tượng với bạn về những thành tích mới chúng đạt được - hay bởi vì chúng nghĩ chúng nợ bạn?

BẠN MUỐN ĐIỀU GÌ CHO CON?

Khi bạn nói bạn muốn con được hạnh phúc, điều đó có ý nghĩa gì? Nếu thực sự phân tích, có phải nó có nghĩa là con đạt được thành công trong sự nghiệp và cuộc sống sung túc? Hay nói cách khác, bạn có đánh giá thành công theo nghĩa rất hẹp và truyền thống là dựa trên thành tựu nghề nghiệp và khả năng kiếm tiền không?

Giờ hãy kiểm tra lại. Nếu bạn nhìn xung quanh, những người hạnh phúc nhất có điểm gì chung? Có phải họ có điều kiện tài chính tốt, có nghề nghiệp vững vàng và có học vấn cao? Hay đó là sự cân bằng cảm xúc? Hoặc nếu tiếp cận câu hỏi theo cách khác, thì có phải những

người giàu có nhất bạn biết cũng là những người hài lòng nhất với cuộc sống?

Có phải những người đương thời với bạn, có bằng cấp từ những trường đại học hàng đầu, luôn luôn trở thành người thành công nhất? Hay công thức thành công không đơn giản như vậy? Nghĩ về điều đó, có người nào trước kia bạn biết họ không học tốt ở trường, nhưng lại thành công nhờ họ có quyết tâm và những phẩm chất cá nhân tuyệt vời?

NGÒI NỔ

Nhìn vào ngòi kích hoạt phương pháp nuôi dạy con kiểu cha mẹ hổ nơi bạn. Hãy nghĩ tới những tình huống khiến

tim bạn đập nhanh vì lo lắng - và xem bạn đang đặt ưu tiên ở đâu.

Hãy nhớ lại xem những cảm giác này có liên quan thế nào trong thời thơ ấu của bạn.

Bạn có coi trọng thành tích trẻ đạt được trong một số lĩnh vực hơn những cái khác, bởi vì bạn đã từng rất giỏi hoặc từng thất bại trong lĩnh vực đó?

Từ sâu trong lòng, có những phẩm chất nào mà bạn cho là quan trọng hơn những cái khác, và mong muốn con có được - ví dụ như học giỏi, thon thả hơn, xinh đẹp hơn, bạo dạn hơn, thể thao năng động hơn bởi vì lý do như đã nêu trên? Việc bạn coi trọng những phẩm

chất trên có làm thiên vị phán đoán của bạn?

BẠN CÓ THỂ LÀM ĐƯỢC GÌ?

Coi trọng mọi phẩm chất: Hãy cho con thấy, bạn coi trọng phẩm chất hơn là những thành công trong học tập. Thay vào việc hỏi con xem hôm nay con được mấy điểm, hãy hỏi con hôm nay chơi gì hoặc chuyện bạn bè của con diễn ra thế nào. Bạn cần biết rằng, việc con được bạn bè yêu quý, hoặc con được tuyên dương vì thái độ tốt cũng quan trọng chẳng kém việc đạt điểm thi cao. Hãy khuyến khích con nhìn nhận bản thân mình là một cá nhân toàn diện, chứ không phải là tập hợp của những thành tích trên giấy.

Nghĩ thoáng: Hãy coi trọng những nghề nghiệp khác, chứ đừng chỉ coi trọng những nghề có thu nhập cao. Thế giới

này đòi hỏi nhiều con người với những kỹ năng và tài năng khác nhau. Nếu bạn chỉ coi trọng những nghề trí thức truyền thống như luật sư, bác sĩ hoặc nhân viên ngân hàng, thì con bạn có thể sẽ cảm thấy như bị vướng bẫy - khi chúng buộc phải theo con đường mà chúng không yêu thích.

Giúp con bạn miễn nhiễm: Hãy nói chuyện với con về những ảnh hưởng xói mòn của việc cạnh tranh không ngừng, để con có thể tự đặt câu hỏi cho bản thân. Nói cho con biết, và thay vì khiến con cho rằng cuộc sống phải là như vậy, hãy để con tự quyết định chấp nhận hay từ chối điều đó. Việc này sẽ giúp con miễn nhiễm với những tác động xấu nhất.

Để con được là chính mình: Là người bảo vệ, cha mẹ như chúng ta dễ cho rằng ta hiểu con, cũng như biết điều gì là tốt nhất cho con. Nhưng tuổi thơ vô lo vô nghĩ ngày xưa của chúng ta không giống cuộc sống của trẻ ngày nay. Hãy lắng nghe xem con thực sự đang cố gắng nói gì - kể cả khi con vật lộn tìm cách diễn đạt. Khi trẻ nghĩ người lớn không hiểu chúng nói gì, chúng sẽ bỏ cuộc không cố gắng chia sẻ nữa.

Thôi phàn nàn: Câu nói "Mọi so sánh đều khập khiễng" mà đại thi hào Shakespeare viết cách đây 500 năm vẫn còn nguyên giá trị. Chẳng đứa trẻ nào trên thế giới giống con bạn. Hãy tôn trọng tính độc nhất của con. Cần hiểu rằng, mỗi đứa trẻ là tổng hợp các phẩm

chất. Hãy cùng con lập một cuốn album, giúp con kể những chuyện riêng trong hành trình cuộc sống của chúng, với minh họa là những bức ảnh chúng thích cũng như những bức ảnh chúng chụp. Hãy để con tự xác định con là người thế nào.

Thừa nhận sai lầm: Cha mẹ thường tỏ ra mình không bao giờ mắc lỗi, và cố dựng lên hình mẫu hoàn hảo phi thực tế trước trẻ. Điều này khuyến khích trẻ hướng tới những tiêu chuẩn mà chúng không thể với tới. Nó khiến trẻ tin rằng, trẻ phải cố thể hiện hoàn hảo trước thế giới. Cha mẹ nào cũng mắc lỗi, và đó không phải dấu hiệu của sự yếu đuối. Trong các tình huống hằng ngày, nhà huấn luyện nuôi dạy trẻ Nadim Saad thuộc tổ chức Best

of Pareting, khuyên các bậc cha mẹ sử dụng kỹ thuật “tua lại và chơi lại” trong các trường hợp bạn bị mất kiểm soát. Ví dụ như bạn nói gì đó với con trong lúc giận dữ, khi bạn đã bình tĩnh trở lại, hãy nói với trẻ bạn muốn cư xử lại tình huống đó, theo một có kiểm soát và mang tính xây dựng hơn. Như cô Nadim nói: “Trẻ con đánh giá cao sự trung thực, và chúng không thù dai.”

SUY XÉT LẠI CÁC QUAN NIỆM

Các bậc phụ huynh thường biện hộ cho phương pháp nuôi dạy thúc ép, bằng cách dựa vào một số các quan niệm dưới đây. Hãy thử đọc và kiểm tra xem bạn đã sẵn sàng để xem xét lại tính đúng đắn của chúng.

THÀNH CÔNG CỦA CON CHÍNH LÀ THÀNH CÔNG CỦA TÔI

Như chúng ta đã thấy, quan niệm này bắt đầu phổ biến từ những thập niên 70 và 80, khi cha mẹ bắt đầu coi mình là người chịu trách nhiệm hoàn toàn cho tương lai của con cái. Dần dần, ý thức trách nhiệm này chuyển thành cha mẹ chịu trách nhiệm hoàn toàn cho thành công của con cái.

Trẻ em được sinh ra không phải để giúp cha mẹ cảm thấy mãn nguyện về bản thân. Trẻ sinh ra, lớn lên và học tập trong môi trường an toàn của gia đình - để rồi sau đó trở thành những người trưởng thành độc lập. Nếu trẻ cảm thấy mình như những chiến lợi phẩm của cha mẹ, chúng sẽ cảm thấy như chúng không được quý trọng vì bản thân chúng, mà là vì những gì chúng làm - và việc chúng giúp cha mẹ được hãnh diện ra sao - từ đó khiến trẻ có cảm giác bất hạnh.

TÔI THÀNH CÔNG, CON TÔI CŨNG PHẢI THÀNH CÔNG

Cho dù bạn có là người thành công đến đâu, cũng không có gì đảm bảo rằng con bạn được sinh ra trên thế giới này cũng

sẽ thành công như bạn. Hãy giúp trẻ được giải thoát khỏi kỳ vọng rằng, dựa trên cơ sở truyền thống gia đình, tầng lớp hoặc gen thừa hưởng mà chúng sẽ phải thế này thế nọ. Một trong những tổn thương lớn nhất xảy đến khi cha mẹ buộc con mình phải trở thành một kiểu người nào đó - và rồi thất vọng khi con không đạt được như kỳ vọng.

CÀNG SỚM CÀNG TỐT

Năm 1996, một cuốn sách được xuất bản đã giúp thay đổi quan niệm làm cha mẹ. Cuốn sách *What to Expect in the First Year* (tạm dịch: *Mong đợi gì trong năm đầu tiên của trẻ*) của tác giả Heidi Murkoff, là phần tiếp theo của cuốn sách bán chạy toàn cầu *What to Expect*

When You're Expecting(tạm dịch: *Mong đợi gì khi mang thai*) của cùng tác giả. Theo ước tính, có khoảng 93% nữ độc giả từng đọc cuốn sách về mang thai cũng đã đọc cuốn sách này.

Cho tới trước lúc cuốn sách ra đời, quá trình phát triển của trẻ vốn được coi là quá trình khá nhẹ nhàng trong quan niệm của cha mẹ - những người vốn không biết nhiều về sự phát triển đó, và thường chờ đợi rằng những bước phát triển như biết đi và biết nói sẽ xuất hiện khi tới lúc. Từ sau khi cuốn sách về mang thai và cuốn sách về trẻ chập chững được xuất bản, nó trở thành kim chỉ nam cho mỗi vị phụ huynh để so sánh xem con mình phát triển nhanh hay chậm hơn mức trung bình. Hằng tháng,

nó đánh giá con bạn dựa trên ba yếu tố: Con bạn (hoặc trẻ chập chững) chắc chắn làm được việc gì, con bạn có khả năng làm gì, và con bạn thậm chí có thể làm được gì. Để cho mọi việc diễn ra theo tự nhiên đã không còn đủ nữa.

Mặc dù các cuốn sách ra đời với mục đích cung cấp những kĩ năng cần thiết cho cha mẹ, nhưng chúng lại trở thành mồi thuốc cho chứng loạn thần kinh của các bậc cha mẹ, thay vì giúp các bậc cha mẹ tự hào về những đứa con bé nhỏ thể hiện dấu hiệu của tài năng, thì nó lại đang khiến họ thao thức từng đêm, sợ rằng con mình đang bị tụt hậu phía sau. Và thật đáng buồn, bởi vì hai mươi năm sau khi xuất bản cuốn sách đó, chính tác giả đã viết một bài báo về việc kinh

nghiệm lần đầu tiên làm bà ngoại, và động viên cô con gái không nên đặt ra những mục tiêu phát triển với em bé mới sinh.

Xã hội ngày nay đã tình nguyện tham gia cuộc chạy đua nhằm tranh giành các loại giải cha mẹ dạy con tốt. Bà Murkoff viết: “Tất nhiên, cạnh tranh sẽ luôn diễn ra. Hãy thử đặt mười bà mẹ và con của họ vào một căn phòng, tôi chắc sẽ xảy ra sự so sánh trong căn phòng đó. Con ai đã biết lẫy? Con ai đang cười còn con ai lại quấy khóc? Nhưng vào thời xưa, các bà mẹ có thể rời khỏi căn phòng, bỏ lại những lời nhận xét và so sánh ở sau lưng. Còn bây giờ mọi chuyện không đơn giản vậy.” Đúng là như thế.

Tất nhiên, bây giờ cuốn sách đó đã trở thành một trong nhiều công cụ theo dõi sự phát triển của trẻ sơ sinh. Nhưng cũng như bảng xếp hạng các nhà trường, việc đặt ra cột mốc phát triển của trẻ, vốn bị đơn giản hóa quá mức bởi sách trẻ em, đã trở thành một thứ quyền lực hung bạo. Và những bực dọc, lo lắng của cha mẹ được truyền sang con cái bất kể chúng ở độ tuổi nào.

Các mốc phát triển được nêu ra trong cuốn Mong đợi gì trong năm đầu tiên của trẻ, được lập ra dựa trên Chương trình Kiểm tra Rà soát Sự phát Triển Denver, được giới thiệu trong thập niên 60 nhằm phát hiện những trường hợp trẻ chậm phát triển nghiêm trọng. Nhưng phương pháp hữu ích để giúp chẩn đoán

trẻ chậm phát triển, lại bị các bậc cha mẹ quá tận tâm lạm dụng và sử dụng cho trẻ bình thường. Cũng tương tự như vậy là trường hợp kiểm tra chỉ số IQ, ra đời năm 1905 nhằm phát hiện trẻ gặp vấn đề trí khôn nghiêm trọng, giờ lại được sử dụng để đánh giá toàn bộ trẻ em.

Các chuyên gia liên tục cảnh báo cha mẹ rằng, hầu hết mỗi trẻ phát triển theo tốc độ riêng - và việc thúc ép trẻ quá sớm sẽ khiến trẻ không còn hứng thú với việc học. Giống như việc cứ cố mở những cánh hoa, sẽ chẳng thể nào giúp hoa nở sớm hơn. Việc một cái cây nhỏ phải đối diện trực tiếp với ánh sáng mặt trời quá sớm sẽ chỉ khiến thân cành yếu ớt và dễ gãy. Tuy vậy, những bậc cha mẹ có con hai tuổi đã biết đọc vẫn một mực tin con

nhất định sẽ vào được Oxbridge, còn những bậc cha mẹ có con năm tuổi chưa biết đọc thành thạo lại cho rằng họ chẳng còn hy vọng gì.

Đơn giản rằng, một vài trẻ cần thời gian khởi động lâu hơn trẻ khác - điều đó không có nghĩa trẻ sẽ không vươn lên mạnh mẽ sau này. Hãy xem xét một số ví dụ điển hình, nhà khoa học Einstein tới tận năm ba tuổi mới biết nói. Mozart bắt đầu soạn nhạc năm bốn tuổi, còn Beethven phải tới năm 12 tuổi mới bắt đầu soạn nhạc và cả hai đều là những thiên tài âm nhạc vĩ đại như nhau.

Cùng lúc đó, một nhà nghiên cứu khác chỉ ra rằng, những trẻ em thể hiện kỹ năng đọc quá sớm thì sau đó cũng chỉ ở

mức ngang bằng với tất cả trẻ khác. Một nghiên cứu được xuất bản bởi tạp chí Nghiên cứu Giáo dục Quốc tế đã nêu lên rằng, không có sự khác biệt về kỹ năng ngôn ngữ giữa trẻ biết đọc từ mẫu giáo với trẻ học đọc một hay hai năm sau đó.

TẬP QUEN ĐI LÀ VỪA

Nhà giáo dục học Alfie Kohn đặt ra từ viết tắt BGUTI - Better Get Used to It (Tập quen đi là vừa) - để miêu tả xu hướng giáo dục tăng cường độ kiểm tra và tăng cường độ khó của các bài kiểm tra.

Triết lý đằng sau đó là cuộc sống rất cạnh tranh, sẽ có rất nhiều stress và những thử thách mà chúng ta phải đối

mặt. Vì vậy, tốt nhất chúng ta nên tập cho trẻ trở nên cứng cáp càng sớm càng tốt.

Tuy nhiên, không phải cứ khiến trẻ đối mặt với khó khăn sớm là giúp trẻ biết đối phó với chúng tốt hơn. Thay vào đó, trẻ có thể mắc chứng lo lắng và sợ kiểm tra. Trẻ có thể tự gán mác cho mình là kẻ thắng cuộc, hay kẻ thua cuộc trước cả khi chúng thực sự có cơ hội tìm ra điểm mạnh và điểm yếu của bản thân. Trẻ sẽ chỉ có thể phát triển sức mạnh nội tâm để đối phó với cuộc sống sau này nếu như bây giờ chúng có một tuổi thơ hạnh phúc và vô lo.

CON TÔI ĐỐI MẶT VỚI CẢ THẾ GIỚI

Một trong những cách nguy hiểm nhất mà phương pháp nuôi dạy con cạnh tranh đang tàn phá xã hội chúng ta, đó là cha mẹ có khuynh hướng khiến con coi mọi thứ là kẻ thù. Nếu bạn dạy con mình coi tất cả các bạn học cùng lớp là những đối thủ tiềm năng, con bạn sẽ lớn lên trong một thế giới rất cô đơn.

Có một câu thành ngữ trong tiếng Anh là "Cần cả một ngôi làng để nuôi dạy một đứa trẻ" và đó là thực tế không thể phủ nhận. Đa số trẻ em thích được sống trong không khí phối hợp nhóm và cùng hợp tác. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng, những trẻ lớn lên được tiếp cận và hợp tác với bạn đồng trang lứa, thường cân bằng cảm xúc hơn, sáng tạo và cởi mở hơn, đây chính là những đức tính mà trẻ

cần có hơn mọi thứ khác trong thế giới ngày mai. Thêm nữa, nếu bạn ủng hộ và khuyến khích con của những người khác, họ cũng sẽ ủng hộ và khuyến khích con bạn.

MƯỜI NGUYÊN NHÂN THƯỜNG THẤY NHẤT CHÂM NGÒI SỰ CẠNH TRANH Ở CHA MẸ

1.Dấu mốc biết bò và biết đi của trẻ.

2. Thói quen ngủ của trẻ, ví dụ như trẻ có ngủ xuyên đêm hay không.

3. Khả năng đọc và làm Toán của trẻ.

4. Phát triển ngôn ngữ và diễn đạt.

5. Cư xử ngoan ngoãn.

6. Thi đạt kết quả tốt, và đỗ vào trường đại học.

7. Năng khiếu thể thao và múa hát.

8. Nuôi con bằng sữa mẹ và sử dụng

thực phẩm hữu cơ.

9. Mua những thiết bị và đồ chơi trẻ em đắt tiền.

10. Cai sữa và thói quen ăn uống.

Nguồn: Khảo sát của Aviva đối với 2000 phụ huynh có con dưới 18 tuổi

CHÚNG TA ĐÃ TRUYỀN STRESS SANG CON CÁI NHƯ THẾ NÀO

Trong khi chúng ta phải quan tâm tới mọi mặt đời sống của con, cuộc sống bận rộn lại càng làm cho chúng ta cảm thấy việc làm cha mẹ là một nhiệm vụ cực kỳ căng thẳng.

Công nghệ hiện đại cộng với nền kinh tế suy thoái đang khiến chúng ta phải làm việc nhiều giờ hơn mỗi ngày. Ngày nay, số gia đình có cả vợ và chồng cùng làm việc tăng cao hơn. Khoảng 66% tổng số người mẹ hiện nay đi làm, so với 23% năm 1971 - và các bà mẹ này cũng nhận được ít sự hỗ trợ từ gia đình để thực hiện tốt cả hai nhiệm vụ kiếm tiền và nuôi dạy con.

Cùng lúc đó, áp lực lên cha mẹ ngày càng tăng do kỳ vọng đối với con cái ngày càng cao. Càng ngày, trường học càng có xu hướng chuyển sự phê bình sang cha mẹ, nếu con cái không đạt thành tích xuất sắc.

Khi phải làm việc thật chăm chỉ để đảm bảo con có cuộc sống đầy đủ, hầu hết chúng ta tin rằng chúng ta đã đem lại cho con điều tốt nhất - và điều đó đã đúng, ít nhất là về khía cạnh vật chất. Nhưng để có thể chu cấp và mua những thứ đồ mà ta cho rằng con cần, những thiết bị hay những món quà đắt đỏ, chúng ta phải làm việc nhiều hơn khiến ta ngày càng trở nên mệt mỏi và hay cáu giận, gây ảnh hưởng không nhỏ tới con cái. Ngày nay, ước tính tổng số tiền

được chi cho các thiết bị và đồ chơi của trẻ em nước Anh là 7,3 tỷ bảng Anh. Nếu trước kia mỗi đứa trẻ thường có một tới hai món đồ chơi, thì giờ đây mỗi đứa trẻ có hàng trăm món đồ chơi cùng kiểu do các hãng khác nhau sản xuất.

Bên cạnh cuộc đua kiếm nhiều tiền hơn, cha mẹ còn phải chạy đua thời gian. Không còn chuyện đi thẳng từ nhà tới nơi làm việc nữa. Mà giờ đây mỗi buổi sáng, những người lớn vội vã đưa những đứa trẻ cáu kỉnh tới nhà trẻ, rồi mới nhanh chóng tới công sở cho kịp giờ. Và guồng quay lặp lại mỗi tối khi cha mẹ cuống cuồng rời chỗ làm, đi đón con cho kịp giờ để tránh phải trả tiền phạt đón muộn.

Tất cả những sự vội vã này đồng nghĩa với việc các bậc cha mẹ ngày càng có ít thời gian dành cho con cái. Sau một ngày dài tại công sở, nhiều bậc cha mẹ nói họ quá mệt mỏi và stress tới nỗi không thể đọc truyện cho con trước khi đi ngủ. Theo như Tổ chức Xã hội Trẻ em, có khoảng một nửa số phụ huynh ở Anh có giờ làm việc dài nhất châu Âu, họ nói rằng mình buộc phải đặt công việc lên trên gia đình.

Thậm chí nếu gia đình có cha mẹ làm việc tại nhà - đây cũng là xu hướng tăng lên do các bậc cha mẹ muốn có thêm thời gian cho con cái - thì trẻ có thể còn bị tác động do stress từ công việc của cha mẹ trực tiếp hơn.

Theo như tổ chức Sod’s Law, nhiều cha mẹ đi làm cho biết: Do đặc điểm công việc văn phòng, họ thường nhận được nhiều cuộc gọi hay email quan trọng vào cuối ngày. Vì vậy, họ thường phải sử dụng khoảng thời gian từ lúc đón con về tới lúc con đi ngủ để giải quyết công việc, trong khi đáng lý ra đây có thể là thời gian dành cho con. Các thời hạn công việc cũng thường bị trùng với những ngày như họp phụ huynh, hoặc khiến cho họ tới trường đón con chậm, và các nhân viên trường học thường ít thông cảm điều này với họ. Những ông chủ tại nơi làm việc ít khi quan tâm tới ảnh hưởng của mức độ stress lên gia đình nhân viên. Vì đó là việc riêng của nhân viên, không phải là của chủ.

Nhìn theo mọi hướng, ngày nay các bậc cha mẹ đi làm luôn cảm thấy dễ xúc động và mòn mỏi - thậm chí nhiều khi cảm thấy như họ không thể tiếp tục.

Thử tưởng tượng một đứa trẻ nhìn thấy cha mẹ - người chúng luôn dựa vào trong mọi chuyện - lại bị kiệt quệ cả cảm xúc và sức lực, thì chúng sẽ thấy sợ hãi thế nào. Trong cuộc chạy đua nhằm chu cấp cho con mọi thứ, chúng ta dễ dàng quên đi rằng, sự lo lắng là một thứ dễ lây lan. Và chúng ta, những bậc làm cha làm mẹ, là người điều chỉnh nhiệt kế cảm xúc trong nhà mình.

Các cuộc nghiên cứu trên người và động vật đã tìm ra rằng: khi cha mẹ bị stress, con của họ cũng bị stress. Ví dụ, chuột

con thường sợ hãi và ở trạng thái cảnh giác cao nếu chuột mẹ quá bận không dành thời gian liếm láp và giúp con bình tĩnh. Ở người, các nghiên cứu cũng tìm ra rằng, nếu trẻ nhỏ cảm nhận được tình trạng lo lắng của người mẹ, thì chúng sẽ cảm thấy đau hơn sự đau đớn gây ra bởi các mũi tiêm.

Trạng thái cộng sinh này bắt đầu từ trong tử cung, khi tình trạng lo lắng của người mẹ có thể gây ảnh hưởng tới sự phát triển của trẻ. Trong suốt quá trình mang thai, các nghiên cứu đã chỉ ra rằng, stress của người mẹ tác động tiêu cực tới chỉ số IQ của con, sức đề kháng và hành vi tương lai của trẻ. Sau khi trẻ ra đời, một nghiên cứu của Đại học New South Wales cũng chỉ ra rằng, nếu người

mẹ lo lắng trước khi con ra đời thì đứa con sinh ra cũng có biểu hiện stress.

Điều này có thể lý giải là, như một phần của sự tiến hóa, trẻ sơ sinh ra đời sở hữu sự nhạy cảm cao đối với các tín hiệu không lời của cha mẹ. Do trẻ hoàn toàn không thể tự vệ, nên để có thể sống sót, trẻ phải học cách cảm nhận các biểu cảm, tâm trạng và ngôn ngữ cơ thể của cha mẹ.

Cũng chính mối liên hệ cha mẹ - con cái, khiến trẻ có thói quen bắt chước nụ cười của mẹ và đó là nguyên nhân khiến trẻ bị tình trạng tương tự nếu cha mẹ phiền muộn. Nói cách khác, trẻ có thể nhiễm “lo lắng” tương tự như nhiễm bệnh cảm. Trẻ em giống như một tấm

bọt biển, chúng thấm dần những cơn tức giận trong gia đình cho tới khi hệ thần kinh đang phát triển của chúng bị quá tải. Các nghiên cứu y khoa đã tìm ra rằng, trẻ em trong các gia đình có bố mẹ bị stress thường hay ốm hơn và dễ mắc các bệnh mãn tính về sức khỏe hơn so với trẻ trong các gia đình có bố mẹ tâm lý thư giãn.

Việc chúng ta có ít thời gian dành cho con, không đồng nghĩa với thời gian chúng ta có thể dành cho con trở nên đặc biệt hơn. Một phân tích về sự tương tác giữa người lớn và trẻ nhỏ đã tìm chỉ ra rằng: Khi cha mẹ cố gắng dành thời gian bù đắp lại cho con, họ trở nên hách dịch và nóng nảy hơn, đặt ra cho con hàng loạt câu hỏi về những việc con làm và

những việc con cần phải làm. Một trong bốn trẻ ở

Anh đã nói rằng “Mỗi tuần chúng chỉ nói chuyện với cha mẹ một lần, và chúng chỉ nói những gì thực sự quan trọng.”

Thường thì các bậc cha mẹ là những người cuối cùng nhận ra rằng, mình đang trở nên quá tải. Họ phải cân nhắc giữa quyết định tiếp tục hay từ bỏ. Không thể lùi, các bậc cha mẹ chấp nhận đi tiếp con đường này. Và sự thực là việc họ đặt áp lực cho bản thân phải trở thành cha mẹ tốt nhất, lại dễ khiến họ trở thành cha mẹ tệ nhất.

Các cuộc khảo sát đã tìm ra rằng, mong

muốn lớn nhất của các bậc cha mẹ bận rộn là có thể dành nhiều thời gian hơn cho gia đình - nhưng họ không thể, bởi vì như lý do họ đưa ra “Nuôi trẻ con rất tốn kém”. Chúng ta được chứng kiến những con số kinh hoàng về chi phí nuôi một đứa trẻ - khoảng 100.000 bảng Anh từ lúc chào đời tới lúc trẻ 11 tuổi - và chúng ta thực sự rơi vào tình trạng sợ hãi. Điều đáng nói là một đứa trẻ sẽ khỏe mạnh và có tinh thần thoải mái hơn khi sống trong một ngôi nhà nhỏ hơn và học tại một ngôi trường bình thường, hơn là sống với cha mẹ làm việc tối ngày để chi trả cho căn nhà to đẹp, đắt tiền và học phí trường tư cao ngất ngưởng.

Hậu quả là, trẻ em định hình suy nghĩ

rằng: Công việc mà chúng ta đang cố giúp chúng đạt được giống như một cái máy chạy bộ. Không nghi ngờ khi trẻ vị thành niên cảm thấy nản lòng về tương lai, khi chúng được bảo rằng chúng cần vượt qua các kỳ thi và vào được trường đại học nổi tiếng để có thể kiếm được công việc ổn định, để không giống như bố mẹ chúng đã phải sống một cuộc sống khốn khổ.

Một nghiên cứu tại Hà Lan tìm ra rằng, stress mà cha mẹ chịu ở nơi làm việc cũng gây ảnh hưởng tới trạng thái của con cái tại lớp học. Các nhà khoa học tại Đại học Jyväskylä đã điều tra hơn 500 gia đình về việc họ đã từng bị mệt mỏi kiệt sức. Kết quả cho thấy, những cặp vợ chồng bị kiệt sức cả về sức khỏe lẫn tinh

thần thường có con cũng chịu vấn đề tương tự tại trường học. Thái độ tiêu cực của cha mẹ làm trẻ sợ hãi, lo lắng bị tụt lại, và kiệt sức.

ĐIỂM TỚI HẠN

Bên cạnh nỗi lo tiền bạc, hầu hết cha mẹ lúc nào cũng lo lắng về tình hình của con ở trường. Thay vì việc khiến con cảm thấy an tâm và yêu thương, việc tập trung thái quá này khiến chúng trở nên lo lắng. Đó là lý do vì sao các bậc cha mẹ quá quan tâm, quá chú ý lại ít khi có những đứa con thật sự tự tin.

Mặc dù vậy, chúng ta ngày càng chấp nhận kiểu cha mẹ trực thăng - luôn bay lơ lửng giám sát nhất cử nhất động của con - là điều bình thường. Chúng ta sai lầm tin rằng, chúng ta càng lo lắng nhiều càng chứng tỏ chúng ta quan tâm con nhiều. Thực tế thì việc chúng ta luôn luôn bận rộn không đồng nghĩa với việc

con cái bị bỏ bê. Ngược lại, chúng ta luôn có cảm giác có lỗi vì không quan tâm tới con đủ, nên ta muốn bù đắp bằng cách tỏ ra thúc giục và làm phiền con hơn. Chúng ta ghi danh cho con vào nhiều hoạt động ngoại khóa, để khiến ta cảm thấy đã cho con mọi cơ hội - và rồi ta lại càng phải làm việc nhiều hơn để chi trả cho những lớp ngoại khóa đó.

Giống như một con sóng hoàn hảo, stress được dồn lên lớp này nối tiếp lớp khác, và rồi ta mệt mỏi vì căng thẳng. Thật đơn giản, quá tải stress chính là kẻ thù lớn nhất của việc nuôi dạy con tốt. Nó khiến ta quên mất mục đích tốt đẹp của nuôi dạy con, khiến ta phản ứng lại và hoảng sợ khi mọi chuyện không theo đúng kế hoạch.

Một ví dụ khác, những bậc cha mẹ là nô lệ cho công việc để chi trả học phí đắt đỏ của con, lại chính là những người dễ trở nên tức giận và phẫn nộ với con nhất khi con không đạt được kết quả so với những gì cha mẹ đã đầu tư. Để cải thiện tình hình này - và đôi khi cũng do cả áp lực từ nhà trường - cha mẹ lại dành một số tiền lớn để thuê gia sư - để rồi sau đó tức giận khi trẻ không thu được kết quả gì đặc biệt, bởi các bậc cha mẹ khác cũng làm điều tương tự.

Chúng ta càng cáu giận vì kết quả học tập của con, thì càng khó có khả năng giải quyết các vấn đề một cách bình tĩnh và hợp lý. Tương tự như vậy, trẻ càng trở nên lo lắng, kết quả đạt được ở trường sẽ càng thấp đi. Adrenalin tăng

cao sẽ khiến chúng ta cảm thấy mọi việc dường như nghiêm trọng hơn, và mọi phản ứng của cha mẹ có vẻ khó chịu hơn. Trong trạng thái kích động, bất cứ điều gì trẻ làm “sai” đều khiến ta thấy chúng bướng bỉnh và tin chắc con muốn phản kháng cha mẹ. Phương pháp nuôi dạy của chúng ta trở nên ít cảm thông và ít nhẫn nại hơn. Chúng ta quá bận với những áp lực cuộc sống và công việc, điều đó khiến tất cả những gì ta muốn là con cái yên lặng và nghe lời.

Chúng ta trở nên giận dữ như thể ta đã dành cả cuộc sống để phục vụ con, và rồi càng tức giận hơn vì dường như với con như vậy chưa bao giờ là đủ. Tiêu chuẩn của chúng ta dần mất đi - chúng ta không còn kiên định tuân theo tiêu

chuẩn, và chúng ta sẵn sàng chấp nhận bất cứ điều gì miễn là có được cuộc sống yên tĩnh. Không còn chú trọng tới việc tạo cho con sự an toàn và cuộc sống đảm bảo, thay vào đó chúng ta tạo ra nhiều cuộc cãi cọ với con về bài tập và chuyện đi ngủ đúng giờ.

Cảm giác cáu giận cũng tạo ra sự đau đớn phức hợp, cũng như sự phẫn nộ, trở thành cái cớ để cha mẹ mất bình tĩnh và cãi cọ lẫn nhau cũng như mắng mỏ con cái.

Tất nhiên, gieo nhân nào sẽ gặt quả ấy. Bạn là hình mẫu của con, con sẽ học theo cách phản ứng của bạn. Nếu bạn gào thét, con sẽ gào thét lại. Rồi bạn sẽ sớm nghe những đứa trẻ nhỏ tự nói

chúng là bị stress. Và vì con phản ứng dựa theo mức độ lo lắng tăng lên của cha mẹ, chúng trở nên căng thẳng và nổi loạn, khiến chúng ta lại tìm đến những cuốn sách nuôi dạy con và tự hỏi không biết điều gì bất ổn đã xảy ra.

Điều đáng buồn nhất là những đứa trẻ từ các gia đình cha mẹ làm việc quá sức lại đối phó với cha mẹ bằng cảm giác có lỗi. Liệu chúng còn cảm thấy gì khác khi nhìn cha mẹ làm việc đầu tắt mặt tối vì chúng? Sự tiêu cực và bất hạnh cũng khiến trẻ tin rằng, cha mẹ không yêu chúng lắm. Giáo sư David Elkind nói: "Trẻ nhỏ - trong độ tuổi từ hai tới tám - thường coi sự bận rộn đồng nghĩa với chối từ, và nó là bằng chứng của việc cha mẹ không thực sự quan tâm tới

chúng.” Ông cũng chỉ ra rằng, cảm giác bị chối từ sẽ theo trẻ tới suốt tuổi vị thành niên - “là thời điểm chúng có thể trả đũa lại cha mẹ cho tất cả những tội lỗi có thật hay tưởng tượng mà ta đã mắc phải với con khi chúng còn là trẻ nhỏ.”

Chuyên gia tư vấn David Code, tác giả cuốn sách *Kids Pick Up on Everything: How Parental Stress is Toxic to Kids* (tạm dịch: *Trẻ em bắt chước mọi thứ: Tại sao stress của cha mẹ lại độc hại với trẻ*), đã dành rất nhiều thời gian trong sự nghiệp để nghiên cứu về tác động của stress lên đời sống gia đình. Ông muốn tìm hiểu tận gốc xem tại sao những người có học, giàu có - và hết mực yêu thương con cái - thì không phải

lúc nào cũng có những đứa con cân bằng và tinh thần khỏe mạnh.

Ban đầu ông đưa ra giả thuyết rằng, khi trẻ em phát triển vấn đề hành vi, những vấn đề này sẽ gây nên căng thẳng cho toàn bộ gia đình. Khi quan sát kỹ hơn, ông nhận thấy điều hoàn toàn ngược lại. Gia đình thường bị căng thẳng trước khi đứa trẻ phát triển các vấn đề tâm lý.

Ông Code tin rằng, thông điệp quan trọng nhất ta mang tới cho con cái không phải là việc ta luôn luôn theo sát và lo lắng cho con mỗi ngày. Đó phải là việc tạo cho con một môi trường yên bình và không có stress. Đó phải là cho con hiểu rằng, sẽ không có những đe dọa thường trực.

Ông Code cũng cho biết, trong các thí nghiệm phòng lab, khi được chuột mẹ liếm, chuột con sẽ hạ mức độ stress nhưng không phải chỉ vì chuột con cảm thấy có mẹ chăm sóc. Lý do độ stress của chúng hạ vì chuột mẹ đã gửi một thông điệp rằng, môi trường xung quanh đủ an toàn để chuột mẹ có thời gian liếm láp lông cho chuột con. Giống như chuột mẹ đang nói với con rằng: “Không gian xung quanh thật tốt, không có căng thẳng hay kẻ săn mồi, nên mẹ có thật nhiều thời gian để liếm láp lông cho các con.”

KHÔNG BAO GIỜ LÀ QUÁ MUỘN

Không bao giờ là quá muộn để thay đổi bầu không khí trong gia đình bạn - và sự thay đổi sẽ có tác dụng ngay lập tức.

Hãy đặt ranh giới cho công việc, giảm bớt thời gian lái xe đưa trẻ chạy đua từ lớp ngoại khóa này tới lớp ngoại khóa khác, hãy hành động để làm tiêu tan stress đang dồn đắp: Tất cả những điều này sẽ đem lại hiệu quả tức thì.

Ngày nay, ngày càng có nhiều ông bố ở nhà và đảm nhận việc chăm sóc con cái, khi người vợ chịu trách nhiệm tài chính cho cả nhà. Theo Joan Borysenko - nhà sinh học tốt nghiệp Đại học Harvard, đã nghiên cứu về tác động của áp lực, thì phụ nữ thường dễ chịu ảnh hưởng từ làm

việc quá sức hơn nam giới, bởi họ vốn có xu hướng cố được lòng mọi người và thường đặt nhu cầu bản thân đứng thứ hai. Đối với nhiều bà mẹ, “vòng xoắn đi xuống” bắt đầu khi họ tin rằng họ phải cố gắng hoàn thành mọi việc ngay lập tức. “Phụ nữ vốn giỏi đảm nhiệm cùng lúc nhiều nhiệm vụ, nhưng khi bạn là một bà mẹ đi làm, bạn có quá nhiều nhiệm vụ phải lo. Nên cho dù bạn ở đâu, bạn cũng nghĩ mình đang ở sai vị trí”.

CẦN LÀM GÌ

Hãy hình dung lại thời ấu thơ của bạn. Bạn có còn nhớ đã cảm thấy thế nào khi nhìn thấy stress và sự lo lắng trong mắt cha mẹ, và điều đó khiến bạn sợ hãi ra sao. Hãy nhớ rằng điều trẻ mong muốn

nhất là thấy cha mẹ mình là những người ổn định, điềm tĩnh trong mọi trường hợp.

• *Giám sát bản thân:* Điều quan trọng là phải xác định xem cái gì đẩy bạn tới giới hạn, như cô Borysenko đã nói: “Tự cảnh giác có thể là biện pháp bảo vệ tốt nhất.” Hãy hình dung một cái thước đo trong đầu. Ở đầu thước là số một, nghĩa là “Tôi cảm thấy rất tốt”, và cuối thước là số mười “Tôi hoàn toàn kiệt quệ”. Thử tìm xem bạn đang ở vị trí nào trên thước ấy. Nếu bạn ở vị trí khoảng số 8 - và bạn cảm thấy như không thể chịu đựng thêm được nữa - đã đến lúc dành chút thời gian để giải thoát mình ra khỏi tình huống đó.

• *Nhìn vào bản thân:* Khi bạn đi trên máy bay, các tiếp viên luôn nhắc bạn trong trường hợp khẩn cấp, bạn phải đeo mặt nạ dưỡng cho mình trước tiên rồi mới giúp những hành khách khác. Điều này có lý do của nó. Không chỉ con bạn mới cần ngủ đủ, cần thức ăn ngon hay thời gian thư giãn, kể cả bạn cũng cần những thứ đó. Hãy đi nghỉ khi có thời gian. Không nhất thiết phải là những kỳ nghỉ đắt tiền, chỉ cần rút chân ra khỏi những căng thẳng hằng ngày khoảng một vài ngày là có thể giúp nối lại mối quan hệ giữa bạn và con, đồng thời đem lại sự vui vẻ cho mối quan hệ.

• *Đặt ra ranh giới:* Miễn là bạn còn chấp nhận, thì ông chủ và đồng nghiệp sẽ còn tiếp tục thúc ép bạn. Họ sẽ không

mảy may bận tâm xem liệu gửi email và gọi điện thoại ngoài giờ làm việc - vào giờ đáng lẽ được dành riêng cho gia đình - có làm tăng mức độ stress trong gia đình bạn hay không. Hãy thiết lập ranh giới bằng việc đặt trả lời tự động cho email và đặt hộp thư thoại cho điện thoại trong khoảng thời gian từ lúc đón con về tới lúc đi ngủ.

• *Xả bớt hơi nóng:* Một trong những cách xả stress tốt nhất là trò chuyện với một người bạn mà bạn tin tưởng. Nhưng hãy cân nhắc nếu bạn định phàn nàn với người vợ hoặc chồng mình, vì có thể họ sẽ cảm thấy có lỗi và phải chịu một phần trách nhiệm. Có thể họ sẽ cảm thấy bị stress hơn, vì họ nghĩ rằng việc bạn xả nỗi lòng là dấu hiệu cho thấy bạn không

thể đối đầu được nữa, trong khi thực tế tất cả những gì bạn cần chỉ là xả cho nguội bớt. Như cô Borysenko nhận xét: “Người bạn đời thường cố gắng giúp giải quyết các vấn đề của bạn. Nhưng chúng ta không nhất thiết cần điều đó. Đôi khi chúng ta chỉ cần chia sẻ và được lắng nghe.”

• *Giảm bớt áp lực thời gian:* Cho dù cha mẹ có tháo vát đến mức nào, đôi lúc cũng có quá nhiều nhiệm vụ so với sức họ. Vậy hãy tự cho phép bạn tránh khỏi những con người hoặc rút khỏi những hoạt động tốn kém thời gian.

BIẾN NHÀ THÀNH NƠI TRÚ ẨN

Hơn bao giờ hết, căn nhà của bạn cần là chỗ trú ẩn và nạp lại năng lượng của con cái; chứ không phải chỉ là nơi ngủ tạm. Con bạn có háo hức về nhà mỗi ngày sau buổi học? Hay con tỏ ra như thể sắp lên lò lửa mỗi khi bước vào cửa nhà? Con bạn có cảm thấy an toàn và thư giãn khi ở nhà? Hay chúng luôn tỏ ra cảnh giác trước sự soi xét liên tục của bạn?

Nếu ta liên tục kiểm soát và thúc ép trẻ phải cố gắng nhiều hơn, thì việc trẻ mong chờ gặp cha mẹ sẽ chẳng khác gì người lái xe mong chờ gặp đèn đỏ. Vậy làm thế nào để biến nhà thành tổ ấm?

NGHỈ NGƠI

Nếu hôm nay con bạn có một ngày thật tệ ở trường, hãy nói với con là điều đó không sao cả. Cuộc sống không bao giờ dễ dàng, và nếu dễ dàng, nó sẽ chẳng phải cuộc sống. Hãy dạy con cách nhận ra khi nào con cần xả stress. Đưa ra các gợi ý, như tắm thư giãn, đi dạo hoặc cuộn tròn trên ghế sofa và nói chuyện với bạn. Đó là những điều nhỏ, nhưng chúng sẽ giúp truyền đi thông điệp tới trẻ rằng ngôi nhà là tổ ấm thiêng liêng.

NGỦ

Đa số trẻ em đều bị thiếu ngủ - và tình trạng thiếu ngủ trở nên trầm trọng trong thời gian thi học kỳ. Thiếu ngủ đồng nghĩa với việc trẻ không chỉ gặp khó khăn trong việc tập trung trên lớp - mà

trẻ còn khó kiểm soát cảm xúc, trở nên cục cằn khó tính hơn.

Đừng cố cắt thời gian ngủ của trẻ khi trẻ lên cấp hai. Thậm chí trẻ ở độ tuổi mười ba vẫn cần tới mười một tiếng để ngủ mỗi tối. Bạn càng nên cẩn thận hơn khi trẻ vào độ tuổi vị thành niên. Chứng thiếu ngủ ở tuổi vị thành niên có liên hệ với chứng trầm cảm, xu hướng tự hại và kết quả học tập kém. Những trẻ không được ngủ đủ có xu hướng phát triển những cảm xúc tiêu cực như sợ hãi, nổi nóng và cư xử không đúng mực.

Nếu con bạn phải làm bài tập tới khuya vì chúng ngồi vào bàn học muộn, đừng thỏa hiệp với con về giờ đi ngủ hoặc trẻ sẽ dần dần thức ngày càng khuya. Thay

vào đó, hãy giúp con học cách sắp xếp công việc. Giúp con có thói quen tập trung làm bài nghiêm túc; cho con học những môn khó trước, và tập cho con hoàn thành bài tập trong thời gian đã định - với một cái đồng hồ bấm giờ nếu cần thiết, để tránh việc làm bài tập của con bị kéo dài lê thê suốt cả buổi tối. (Xem thêm phần về làm bài tập trong sách này).

ĂN CÙNG NHAU

Bữa cơm gia đình ngày càng trở nên hiếm hoi do sự khác biệt trong lịch sinh hoạt của mỗi thành viên trong gia đình, các hoạt động ngoại khóa và việc cha mẹ phải làm việc nhiều thời gian hơn. Một khảo sát hộ gia đình tại Anh cho

thấy, khoảng 14% các gia đình không bao giờ ăn cùng nhau do ảnh hưởng bởi ba yếu tố là công nghệ, xem ti vi và giờ làm việc dài - cả trẻ em và người lớn.

Việc thường xuyên ăn bữa cơm gia đình không chỉ giúp thắt chặt quan hệ giữa cha mẹ với con cái, mà nó còn là một trong những dấu hiệu lớn cho sự thành công của người trẻ. Theo khảo sát, những trẻ em ăn bốn bữa cơm mỗi tuần cùng gia đình sẽ có kết quả học tập cao hơn, nhất là trẻ em gái việc ăn cơm cùng gia đình sẽ giúp các em có mức độ tự tin về bản thân cao hơn. Các nghiên cứu cũng chỉ ra rằng, trẻ nhỏ ăn cơm cùng bố mẹ sẽ gặp ít xung đột ở tuổi dậy thì và có thể điều chỉnh bản thân tốt hơn. Một nghiên cứu gần đây được đăng trên

tạp chí Sức khỏe Vị thành niên, cho biết "Bữa ăn gia đình đều có tác dụng cải thiện mối quan hệ giữa các thành viên". Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng, "Kể cả không nói gì nhiều trong bữa ăn, thì những người trẻ vẫn cảm thấy thân thuộc và được quý trọng. Bởi vì họ vẫn có thể nhìn thấy giao tiếp giữa những thành viên khác trong gia đình, và họ cảm thấy gia đình là một phần quan trọng."

Bữa ăn gia đình không nhất thiết phải là bữa tối. Bữa trưa vào một ngày cuối tuần hoặc bữa sáng cũng có tác dụng tốt tương tự. Hãy đặt ra quy định là bạn sẽ tắt ti vi, cất điện thoại (có thể thử cách để một chiếc giỏ trước bàn ăn, khi các thành viên vào bàn sẽ bỏ hết điện thoại

vào đó) và dẹp bỏ tất cả các bài dạy dỗ trong bữa ăn.

Hãy giúp trẻ khỏe mạnh bằng cách cho trẻ ăn những thức ăn cân bằng, có lợi cho sức khỏe, không sử dụng phụ gia hay những loại chất béo có hại và đường. Mặc dù điều này đã được nhắc đi nhắc lại nhiều tới mức chúng ta cảm thấy nhàm chán, nhưng việc cho trẻ ăn một bữa sáng tốt bao gồm các loại thức ăn chậm giải phóng năng lượng (slow-release carbs) và protein sẽ giúp trẻ sẵn sàng cho một ngày mới.

Khi trẻ đến tuổi vị thành niên, cha mẹ thường để trẻ tự do hơn và thật nhàn cho cha mẹ để trẻ tự ăn gì chúng muốn. Nhưng nếu được tự lựa chọn, hầu hết trẻ

ở tuổi vị thành niên sẽ chọn các loại thức ăn nhanh, có thể gây hại nghiêm trọng tới nồng độ đường trong máu của trẻ. Một người trẻ mỗi khi đói thường lựa chọn những thức ăn nhanh nhiều đường để giải tỏa cơn đói, và điều đó sẽ khiến họ khó có khả năng tập trung và điều hòa cảm xúc. Thường xuyên có bữa ăn gia đình là một cách cung cấp các dưỡng chất cần thiết cho con bạn.

LUYỆN TẬP THỂ CHẤT

Theo như nghiên cứu của Tổ chức Y tế Cộng đồng Anh Quốc, trẻ em nước Anh dành một lượng lớn thời gian ngồi trước màn hình ti vi, so với trẻ em các nước Tây Âu khác. Nghiên cứu chỉ ra rằng, việc dành quá nhiều thời gian ngồi xem

ti vi (hơn bốn giờ mỗi ngày) và hội chứng lo âu và trầm cảm có mối liên hệ với nhau, và điều đó còn làm hạn chế các cơ hội tương tác xã hội của trẻ. Trẻ càng dành nhiều thời gian xem ti vi, thì cư xử của trẻ càng trở nên kém hơn.

Việc khuyến khích trẻ ra ngoài là cách giúp trẻ giảm stress có hiệu quả ngay lập tức, và cải thiện sự tự tin. Một nghiên cứu của Đại học Essex cho thấy, hoạt động thể chất ở nơi không gian mở giúp cải thiện tâm trạng, tăng cường sức khỏe và sự tự tin.

Khi xem xét tới tác động lên tinh thần trẻ, một điều thú vị là độ dài thời gian dành để hoạt động không thực sự tạo ra khác biệt. Ba mươi phút đi dạo thảnh

thơi ở vùng nông thôn cũng đem lại tác dụng tốt cho tinh thần tương tự như leo một quãng núi dài trong nửa ngày.

Cuối cùng, luyện tập thể chất còn giúp tăng cường trí nhớ của trẻ. Một nghiên cứu của Đại học Illinois đã cho thấy rằng, những trẻ có thể chất tốt nhất thường trả lời những loại bài kiểm tra đòi hỏi ghi nhớ tốt hơn. Môn học càng khó, chúng càng đạt kết quả cao hơn so với những trẻ thể chất kém.

NUÔI THÚ CƯNG

Nuôi thú cưng trong nhà có thể dạy trẻ rất nhiều về tinh thần trách nhiệm và yêu thương vô điều kiện. Chúng cũng giúp trẻ chịu khó ra khỏi nhà, giảm lượng

cortisol và làm tiết ra lượng endorphin đem lại cảm giác thoải mái. Trong một nghiên cứu, trẻ em từ chín đến mười sáu tuổi được yêu cầu đọc to một cuốn sách, một lần khi có một chú chó thân thiện nằm bên cạnh, một lần không có. Kết quả là khi có chú chó ở bên cạnh, huyết áp và tốc độ mạch đập của trẻ giảm đi.

NUÔI DẠY CON KIỂU CHA MẸ HỔ ĐÃ KHIẾN CON TRỞ THÀNH KẺ THÙ CỦA CHÍNH BẢN THÂN

“Trẻ em cần có tấm gương tốt hơn là cần sự phê bình.”

Joseph Joubert, nhà triết học

Bé Lola ngồi trên chiếc ghế bành trong văn phòng của chuyên gia trị liệu, bé được yêu cầu chỉ ra thủ phạm độc ác chịu trách nhiệm cho việc cô bé nghĩ mình ngu ngốc. Cô bé mười tuổi, vẽ hình một người đàn bà xấu xí, với khuôn mặt cau có, cặp mắt nhỏ, đang đứng thẳng với dáng điệu bồn chồn.

Nhưng người khiến Lola khiếp sợ mỗi khi có bài kiểm tra không phải là cô giáo

của bé, mà đó là giọng nói chỉ trích vang lên trong đầu bé. Khi nhà trị liệu hỏi Lola giọng nói đó là của ai, Lola trả lời lặng lẽ: “Đấy là cháu - nhưng là phần xấu xí của cháu.” Khi được yêu cầu vẽ người “đó”, Lola vẽ một hình dáng giận dữ, tay đặt lên hông, miệng cười nhăn nhó và đang lầm bầm mấy từ: “Blah, blah, blah…”

Chỉ một thế hệ trước đây, cha mẹ và giáo viên nghĩ rằng việc nói với một đứa trẻ rằng chúng vô vọng trong một môn học nào đó, hoặc nói trẻ sẽ không bao giờ giỏi thể thao hay âm nhạc, hoặc sẽ không bao giờ làm được gì ra hồn… là điều hoàn toàn chấp nhận được. Đó là thời kỳ mà mọi người tin rằng, làm trẻ xấu hổ sẽ khiến chúng chăm chỉ và cư

xử tốt hơn. Nhưng phương pháp này gây nên những tổn thương lâu dài cho trẻ, vì vậy chúng ta đã loại bỏ phương pháp giáo dục này.

Tuy nhiên, nói như vậy không có nghĩa là trẻ em thời nay không cảm thấy bị chỉ trích theo cách này hay cách khác. Ngày nay, sự can thiệp quá mức của người lớn vào cuộc sống của trẻ đồng nghĩa với việc chúng ta đem tới sự chỉ trích dưới dạng thức mới – đó là những lời phê bình tử tế. Việc sử dụng các từ ngữ mềm mại hơn - hoặc thay đổi cách đặt vấn đề - không có nghĩa là tác động chỉ trích của nó ít hơn, nó chỉ được thể hiện ở dạng và kiểu khác mà thôi.

Giờ đây khi chúng ta coi mình đang

đóng vai trò huấn luyện viên của con cái, ta cảm thấy phải liên tục dội xuống đầu chúng những gợi ý về việc chúng nên làm gì. Những câu kiểu như “làm tốt lắm” nếu được nói quá nhiều sẽ không còn có ý nghĩa gì nữa, sự chỉ trích của chúng ta tuy kín đáo nhưng vẫn gây ảnh hưởng nhiều. Dần dần, dù chúng ta sẽ không nhận ra, trẻ cảm thấy chán nản hơn là cảm thấy được khen ngợi. Cha mẹ luôn tin rằng, họ đang chỉ ra những chỗ sai để con có thể khắc phục ở những lần sau nếu gặp phải tình huống tương tự. Nói cho cùng, động cơ của chúng ta là tốt. Và chẳng phải đó hoàn toàn là sự động viên hay sao? Nhiều bậc cha mẹ cứ nghĩ nếu họ tạo cho sự chỉ trích một vỏ bọc, trẻ sẽ không nhận ra - nhưng thực tế, trẻ vẫn nhận ra thông điệp rất rõ ràng.

Hơn nữa, nếu một đứa trẻ có làm tốt thật, thì những bậc cha mẹ đầy tham vọng cũng chẳng bao giờ hài lòng. Tôi nhớ đã gặp một ông bố đứng bên rìa bể bơi, vỗ tay nồng nhiệt cổ vũ con gái. Chẳng bao lâu sau, cô bé năm tuổi rời khỏi thành bể và lần đầu tiên tự bơi trườn sấp được mà không cần đeo phao tay. Người cha lúc đó nói “Giờ con thử bơi hết chiều rộng bể xem nào.” Không nghi ngờ gì khi nghĩ rằng ông bố đó đang cảm thấy mình là người bố tuyệt vời khi thúc đẩy con đạt thành tích hơn nữa và thành tích của ông cũng như của con đang được những ông bố bà mẹ xung quanh chứng kiến. Còn những gì cô bé nghe thấy sẽ lại là “cho dù mình có làm gì cũng chưa đủ tốt.”

Tóm lại, vấn đề không phải là ta nói gì, mà là con ta thực sự nghe thấy điều gì. Những đứa trẻ cứng rắn hơn sẽ học được cách chọn lọc các thông điệp đó, những đứa trẻ nhạy cảm hơn, đặc biệt là những đứa trẻ với xu hướng tiêu cực, sẽ lưu giữ những thông điệp đó trong lòng. Ngày nay, sự chỉ trích đến với trẻ từ khi trẻ còn quá nhỏ. Kỳ vọng của chúng ta đối với trẻ nhỏ càng ngày càng cao. Chúng ta bị ám ảnh bởi ý nghĩ rằng “càng sớm càng tốt”, khiến chúng ta cố gắng giáo dục con cái sớm nhất có thể. Và bằng việc bắt đầu quá sớm, ta đã nuôi dạy con thành những kẻ nghiện được tán dương, biến trẻ thành những người đánh giá giá trị bản thân hoàn toàn phụ thuộc vào ý kiến của cha mẹ.

Ngay từ khi chập chững, trẻ đã bắt đầu hiểu những phán xét của chúng ta, bởi vì chúng ta luôn luôn chấm điểm con cái - và thường vô thức so sánh con với các bạn cùng tuổi.

Hơn thế nữa, sự giám sát kỹ lưỡng của chúng ta với nhất cử nhất động của trẻ - từng nét bút trẻ vẽ, từng quả bóng trẻ bắt, từng nốt nhạc trẻ chơi - trong nỗ lực nhằm "cải thiện" con cái, dẫn đến sự chỉ trích rơi xuống đầu trẻ như mưa.

Kể cả khi cha mẹ không nói lên lời, trẻ vẫn cứ nhận ra rằng bất cứ hoạt động nào trẻ theo đuổi - như vẽ một bức tranh hay hát một bài hát - cũng không phải vì tình yêu nghệ thuật. Tất cả những gì trẻ làm sẽ bị đánh giá như một thành tích.

Mặc dù vậy, trẻ ngày nay có quá ít cân bằng để giúp chúng đương đầu với hàng núi kỳ vọng. Chúng ta đã đánh mất những công cụ mà các thế hệ trước cũng từng sử dụng để bảo vệ con cái - đó là giúp trẻ hiểu được bản thân. Trẻ không còn thời gian để tìm hiểu bản thân mình, vì trẻ chẳng bao giờ được ở yên đủ lâu để tự suy nghĩ hay để tự khám phá sự độc lập của mình. Bởi vì trẻ không biết sự thật nào khác, nên trẻ cũng không có khả năng để nghi ngờ nhận định của cha mẹ. Cha mẹ là những người quan trọng và có quyền năng nhất đối với trẻ - ý kiến của cha mẹ cũng là quan trọng nhất - vì vậy trẻ thường tin những gì ta nói là sự thật. Và có lẽ đây chính là lý do tại sao sự chỉ trích từ phía cha mẹ lại trở thành nhân tố quan trọng nhất, gây ảnh

hưởng tới cái nhìn của trẻ về mối quan hệ với cha mẹ, thậm chí tới tận lúc trẻ đến tuổi trưởng thành.

CẦN LÀM GÌ

Cân nhắc từ ngữ

Nhiều cha mẹ sử dụng chiến thuật “Gây sốc và gây áp lực” với con cái. Khi chúng ta lo lắng về thành tích trẻ đạt được tới mức chỉ một ý nghĩ nhỏ cũng đủ kích hoạt cơn stress - dẫn đến việc ta la mắng con cái. Ví dụ, nếu bài kiểm tra ngoại ngữ lần trước của con đạt điểm thấp, và giờ con nói với bạn - đêm trước khi diễn ra bài kiểm tra tiếp theo - là con quên mang sách ở trường về nhà để ôn tập. Trong trường hợp đó, đầu bạn sẽ

quay như chong chóng vì lo lắng. “Con từng giỏi ngoại ngữ, và con cần phải tiếp tục giữ vững thành tích đó.” Nếu con bị điểm kém thì thầy cô giáo sẽ nghĩ gì? Tại sao con cứ điềm nhiên như không có chuyện gì xảy ra?

Vào những lần như thế, bộ não của chúng ta với những bản năng sống căn bản bắt đầu được kích hoạt và nắm quyền kiểm soát, trước khi chúng ta có thể suy nghĩ xa hơn về cách khắc phục. Chính lúc này, chúng ta bắt đầu nói với con những điều mà sau này khi bình tĩnh chúng sẽ khiến ta phải hối hận. Và những điều ta nói đó có thể khiến cho việc con quên mang sách về nhà trở nên nghiêm trọng hơn nhiều.

La mắng khiến bạn cảm thấy dễ chịu hơn trong ngắn hạn. Trong một giây phút ngắn ngủi, việc la mắng đem lại cho cha mẹ ảo tưởng rằng chúng ta đang nắm quyền kiểm soát. Mức độ lo lắng của các bậc cha mẹ đang tăng nhanh, khiến cho việc nổi nóng diễn ra nhiều hơn. Chúng ta đang cảm thấy như mình dạy cho con biết những sự thật phũ phàng để con phải hành động, nhưng kiểu tấn công này thực sự có tác hại tàn phá đối với trẻ con.

Những câu “Trong khi cha mẹ thế này thế nọ” luôn đi kèm với “Thì con không bao giờ nhớ mang sách” hay “Còn con lại không bao giờ ôn tập chuẩn bị cho bài kiểm tra” có thể gây những tổn thương lâu dài, vì những câu nói ấy

khiến trẻ thấy mình bị đóng mác học kém, và không có hy vọng gì để thay đổi.

Dù rất muốn tiếp tục, nhưng xin bạn hãy đọc những dòng này. Việc làm trẻ xấu hổ để khiến trẻ phải hành động sẽ không có hiệu quả. Có thể trẻ có cái tôi quá lớn nên sẽ không nói cho bạn biết, trẻ đã tự đánh giá bản thân khắc nghiệt lắm rồi. Việc tăng âm lượng phê bình chỉ giúp khẳng định những câu nói chỉ trích tiêu cực mà trẻ nghe thấy là sự thật. Không cần bạn cố tình đổ lỗi, trẻ cũng đã tự cảm thấy bản thân mình tệ lắm rồi. Quát nạt một đứa trẻ đang bị stress sẽ để lại tổn thương lâu dài hơn cả việc bạn sử dụng roi vọt. Một trong những cách giúp trẻ giảm stress là nói chuyện lịch sự với

trẻ, nói cho trẻ biết bạn luôn đứng về phía trẻ, và hãy cùng nhau tìm cách giải quyết vấn đề.

Để lời khen lên tiếng

Hãy khen ngợi con khi con làm tốt điều gì đó. Nếu bạn cho con nhiều phản hồi tích cực hơn, con sẽ dành ít thời gian để tự bào chữa bản thân, và cởi mở hơn trong việc tiếp nhận các gợi ý mà bạn đưa ra. Theo lời khuyên của huấn luyện viên hạnh phúc Shawn Achor, đảm bảo tỉ lệ 5:1 tương tác tích cực - tiêu cực là cách tốt nhất để giúp con bạn tự tin và phát triển.

Dạy con biết cách ánh giá các ý kiến

Trẻ thường tin mọi điều người khác nói về chúng đều là sự thật. Đặc biệt, những đứa trẻ ít nói và nhạy cảm tin rằng không nên từ chối, vì vậy chúng thường chấp nhận và tiếp nhận các ý kiến đó. Hãy chỉ ra cho trẻ sự khác biệt giữa quan điểm và thực tế. Dạy trẻ cách yêu cầu bằng chứng, hỏi xem ai là người nói, và tại sao. Mặc dù những ý kiến đến từ những người có kinh nghiệm và quan tâm sâu sắc tới trẻ có thể hữu ích và giúp trẻ tiến bộ, có những ý kiến khác từ những người ít thiện ý và ít đáng tin hơn, ví dụ như bạn học, họ hàng, hay những giáo viên có cái nhìn thiên vị, lại không giúp gì được cho trẻ. Hãy giúp trẻ học cách nhận biết sự khác biệt. Nếu trẻ hỏi ý kiến của bạn về một bài tập hoặc tác phẩm trẻ làm, trước hết hãy hỏi xem

trẻ nghĩ thế nào?. Đánh giá của trẻ mới điều quan trọng nhất.

Học cách tự kiềm chế

Để nuôi dạy con tốt, những gì bạn không nói cũng quan trọng như những gì bạn nói. Thử thách ở đây là bạn phải kiềm chế cơn giận dữ và lo lắng để nó không truyền sang con cái, và bạn cần nói những điều có tính xây dựng, chứ không phải những câu tiêu cực. Hãy dừng việc liên tục đánh giá mà bạn từng nghĩ sẽ giúp con thông minh và cạnh tranh. Thậm chí khi ý định của bạn hoàn toàn tốt, thì việc làm đó cũng không đem lại kết quả tốt. Thử tưởng tượng nếu bạn đi làm, bạn sẽ cảm thấy ra sao nếu sếp bạn đi theo bạn mỗi ngày về

nhà. Nếu bạn quá bực tức với kết quả con đạt được, và muốn tuôn ra những lời chỉ trích, trước hết hãy tự hỏi mình những câu sau đây:

• “Có thực sự mình nói những điều này vì lợi ích của con, hay chỉ để bản thân thấy dễ chịu hơn?”

• “Có phải mình nghĩ rằng bằng việc quát tháo con, mình sẽ làm con sốc và xấu hổ, khiến con phải cố gắng hơn?”

• “Có phải mình đang nói với con những điều con đã biết? Có phải con đã nhận ra điều mình định nói từ lâu rồi?”

• “Có phải mình đang đòi hỏi ở con một điều phù hợp với sự phát triển ở độ tuổi

của con?”

• “Liệu có tốt hơn, nếu những điều mình định nói sẽ được nói ra bởi một thầy cô giáo có cái nhìn khách quan hơn?”

• “Nếu mình vẫn cảm thấy việc nói ra những điều mình định nói này sẽ giúp được con, liệu mình

có thể tìm một thời gian khác khi không khí bớt căng thẳng hơn để nói, khi con đã sẵn sàng lắng nghe hơn?”

• “Mình có thể nói gì đó có tính xây dựng hơn được không?”

Thay vào việc phê bình, hãy khuyến khích sự tự đánh giá của trẻ. Con bạn

nghĩ gì về việc chúng làm mới là điều quan trọng nhất. Hãy hỏi con xem chúng nghĩ gì trước khi bạn đưa ra ý kiến riêng của bạn.

Giúp con biết tự giúp bản thân

Khi liên quan tới vấn đề học tập, khi đứa trẻ đang lo lắng về kết quả học tập kém, nếu bạn la mắng chúng với hy vọng giúp con cải thiện thì điều đó sẽ phản tác dụng, vì nó khiến trẻ càng thêm lo lắng hơn.

Thay vào đó, hãy dạy cho trẻ những kỹ năng cần thiết để trẻ tự thay đổi bản thân. Đây không phải dạy con kiểu cha mẹ hổ, mà đơn giản chỉ là dạy cho con cách đối đầu. Nhà trường ngày nay đặt

ra quá nhiều kỳ vọng với học sinh - nhưng liệu con bạn đã bao giờ thực sự được học cách viết ghi chú, cách ôn tập, cách ghi lại các chi tiết để dùng khi cần đến? Thật đáng ngạc nhiên, câu trả lời lại là “Không”. Ví dụ như, bạn có thể dạy trẻ cách làm Bản đồ tư duy, nhằm giúp chúng sắp xếp các ý tưởng một cách trực quan và ghi nhớ mọi việc tốt hơn.

Chúng ta yêu cầu con tham gia quá nhiều hoạt động, nhưng lại không chỉ cho con cách đặt thứ tự ưu tiên - một kỹ năng hết sức cần thiết để trẻ sắp đặt và làm chủ tình hình. Bạn không nên làm bài tập thay con, mà hãy dạy con cách tránh trì hoãn, cách kiềm chế tính tự mãn, và cách bình tĩnh đối phó nếu con

không hiểu một vấn đề nào đó, để sau đó con có thể tự giúp mình – và tiết kiệm được nhiều thời gian.

LÀM SAO ĐỂ TRẺ LOẠI BỎ NHỮNG SUY NGHĨ TIÊU CỰC VỀ BẢN THÂN

Hãy để ý xem liệu con bạn có đang tiêu cực về bản thân. Nếu một đứa trẻ nói mình ngu ngốc, không đáng được điểm tốt, hoặc thường nói những đứa trẻ khác luôn giỏi hơn mình, đó là những dấu hiệu cho thấy con bạn đang bắt đầu có những suy nghĩ tiêu cực về bản thân.

Kể cả khi đạt thành tích tốt, những trẻ tự ti thường nhìn vào thành tích cao hơn của các bạn cùng lứa, lấy đó làm chỗ dựa cho suy nghĩ tiêu cực về khả năng của bản thân. Hãy để ý nếu con có các dấu hiệu đã nêu trên, bạn cần giúp con lấy lại suy nghĩ tích cực ngay.

Khẳng định những phẩm chất trẻ có: Sự phê phán không khiến trẻ cố gắng hơn. Thực tế, nó khiến trẻ muốn từ bỏ. Hãy ghi nhận tài năng của trẻ, để giúp trẻ thấy bản thân mình tốt và cởi mở học hỏi hơn.

Nói cho trẻ hiểu hoàn hảo là điều không thể: Thật không công bằng, và không yêu thương nếu bạn cứ mong đợi con phải hoàn hảo. Cũng không công bằng nếu trẻ mong đợi sự hoàn hảo của bản thân. Như nhà trị liệu lập trình ngôn ngữ tư duy Jenny Foster đã đưa ra lời khuyên: "Hãy hỏi trẻ định nghĩa hoàn hảo là gì? Nói với trẻ rằng, nếu đạt được một trăm phần trăm hoàn hảo trong mọi thứ, sẽ không còn chỗ cho sự tiến bộ và phát triển, và chỉ ra cho trẻ thấy điều đó

sẽ buồn chán ra sao.” Khi được cho phép vứt bỏ những mục tiêu không thực tế, trẻ sẽ thôi nhìn vào thiếu sót của bản thân, và sẽ đối xử tốt với bản thân hơn.

Loại bỏ suy nghĩ “luôn luôn và không bao giờ”: Khi trẻ nói trẻ luôn luôn bị điểm xấu, hoặc sẽ không bao giờ chơi giỏi môn thể thao nào, hãy thách thức trẻ và thay đổi suy nghĩ cho trẻ. Hãy nói với con: “Không phải như vậy” là chưa đủ. Trẻ em cần được đào tạo lại để suy nghĩ khác đi. Hãy dạy cho con cách tự đánh giá bản thân, chỉnh sửa cách suy nghĩ của trẻ nhằm đưa vấn đề về đúng mức độ thực sự. Nói với con rằng, không phải vì con thất bại ngày hôm nay đồng nghĩa với việc con sẽ luôn luôn thất bại.

Bắt đầu lắng nghe: Ngay khi trẻ có chút vấn đề dù là nhỏ nhất, cha mẹ cũng phát hoảng và tìm cách “sửa chữa” - hoặc thậm chí đưa ra giải pháp. Thay vào đó, cha mẹ hãy lắng nghe trẻ nói, đưa ra phản hồi để con thấy rằng bạn hoàn toàn hiểu - sau đó đề nghị con nói về những lựa chọn giải pháp. Nhiều khả năng trẻ sẽ tự đưa ra được những giải pháp thực tế và hiệu quả nhất.

Tìm kiếm sự giúp đỡ: Nếu con bạn không thể thoát ra khỏi những suy nghĩ tiêu cực về bản thân, bạn đừng ngần ngại tìm kiếm sự giúp đỡ - đó không phải dấu hiệu thất bại của việc làm cha mẹ. Lý do con bạn suy nghĩ như vậy có thể bắt nguồn từ nhiều nguyên nhân phức hợp cộng lại – ví dụ như không khí

ganh đua ở trường, quá nhiều kỳ vọng từ gia đình và tính bi quan của trẻ. Bạn có thể cần tới chuyên gia tâm lý, để giúp con xác định những suy nghĩ tiêu cực trong đầu - và dạy con cách thay đổi những suy nghĩ ấy. Việc loại bỏ suy nghĩ tiêu cực này một cách nhanh chóng là điều hết sức cần thiết trong môi trường ganh đua của trường học, nơi những đứa trẻ suy nghĩ tiêu cực có thể nhanh chóng bị chìm nghỉm và khó thoát ra.

ĐƯA RA LỜI KHEN NGỢI HỢP LÝ

Nếu một bên là những bậc cha mẹ hay chỉ trích, thì phía bên kia lại là những bậc cha mẹ đưa ra những lời khen ngợi sáo rỗng, dẫn tới việc thay vì giúp trẻ cải thiện lại chôn vùi sự tự tin của trẻ.

Nhiều cha mẹ hổ tin rằng, họ đang khuyến khích con cái bằng việc liên tục nói với con rằng con "giỏi" ra sao, trong mọi việc từ mặc quần áo buổi sáng cho tới ăn bữa tối.

Là cha mẹ, bạn có thể cảm thấy tốt khi liên tục ngợi khen con, và thấy như thể bạn đáng được nhận giải thưởng vì cách dạy con đó. Nhưng vấn đề lại là sau khi con bạn nghe lời khen "Giỏi lắm" quá nhiều, thì những lời khen ấy lại mất dần

ý nghĩa và trở nên giống như nước đổ đầu vịt. Nhiều cha mẹ cũng đã nhầm khi cho rằng, nhờ có quyền khen ngợi con, thì họ cũng được phép đưa ra lời chỉ trích bất cứ lúc nào họ muốn.

Với những đứa trẻ nhạy cảm, những lời chỉ trích sẽ gây tổn thương nặng nề, nhưng rất tiếc những lời khen sáo rỗng lại không giúp được gì. Khi trẻ lớn dần và hiểu biết hơn về thế giới, chúng mau chóng nhận ra không phải mọi điều chúng làm đều “tuyệt vời” - và bạn nói thế với chúng chỉ bởi vì chúng là con bạn. Chúng dừng tin tưởng vào nhận xét của bạn - và sự tin tưởng vào những đánh giá của bạn cũng không còn.

Thêm nữa, khen ngợi con hơn thực tế lại

có thể gây ra tâm lý “đoản mạch”. Nếu con bạn tiếp tục tin những lời thổi phồng, sẽ dẫn đến việc trẻ xây dựng hình ảnh bản thân dựa vào những ảo tưởng cuồng vĩ mà sau đó sẽ bị thực tế vùi dập phũ phàng. Quá nhiều lời khen cũng chuyển tải một thông điệp tai hại tới trẻ, đó là cha mẹ đang giành công lao với những thành tích của trẻ.

Nếu con bạn là một đứa trẻ khiêm tốn, sống nội tâm, thì việc tâng bốc con nơi công cộng có thể đem lại tác dụng hoàn toàn ngược lại so với dự kiến. Cho dù bạn tự hào về con ra sao, những đứa trẻ nhút nhát này sẽ thấy rất bối rối và ngại ngùng khi được khen ngợi, kể cả nếu chúng xứng đáng, bởi vì chúng không thích sự ồn ào, và chúng cảm thấy

những lời khen đó không hợp lý, đặc biệt là trong bối cảnh môi trường trường học khắc nghiệt như hiện nay.

Giáo sư tâm lý của trường Stanford, cô Carole Dweck, đã tìm ra rằng: Cha mẹ khen ngợi con về những phẩm chất như thông minh, có thể gây phản tác dụng nghiêm trọng và phá hủy động lực của trẻ. Khi trẻ nghe người khác khen chúng thông minh, hoặc tài năng, thì chúng coi điều đó đồng nghĩa với việc chúng có sẵn năng khiếu thiên bẩm. Cô Dweck cũng chia sẻ rằng, những trẻ thường được khen thông minh sẽ không chịu cố gắng, vì chúng nghĩ đằng nào chúng cũng thông minh sẵn rồi.

Trong khảo sát một nhóm trẻ được yêu

cầu giải một số bài Toán. Sau vòng đầu tiên, một nhóm được khen “Các em đã làm rất tốt, các em thật thông minh”, còn nhóm còn lại được khen “Các em đã làm rất tốt, hẳn các em đã cố gắng rất nhiều”. Sau đó, cả hai nhóm được giao một loạt bài khó hơn. Nhóm được khen thông minh đã làm kém hơn. Nhóm được khen vì cố gắng lại làm tốt hơn nhiều, vì các em không lo lắng việc trả lời sai.

Cô Dweck nói rằng, điều cực kỳ quan trọng mà cha mẹ phải làm là nuôi dưỡng tâm lý vươn lên của con cái, khen ngợi con cái về những phẩm chất chúng có thể làm chủ, ví dụ như sự kiên định hay nỗ lực. Thay vì nói với con rằng, chúng có những phẩm chất bất biến. Tâm lý

vươn lên giúp trẻ luôn cố gắng và muốn cải thiện bản thân hơn. Cô Dweck cũng đưa ra lời khuyên: “Phải chăng điều đó nghĩa là chúng ta không được khen ngợi khi con đạt thành tích tốt nữa? Chúng ta có nên kiềm chế sự hãnh diện khi con thành công? Không phải như vậy, điều đó chỉ có nghĩa là chúng ta nên tránh dùng một số lời khen - ví dụ lời khen về trí thông minh hoặc tài năng. Hoặc tránh những lời khen ngụ ý rằng chúng ta tự hào vì con, bởi trí thông minh và tài năng của con hơn là vì những nỗ lực con đã bỏ ra.”

CẦN LÀM GÌ

Đừng hạ người khác xuống: Nhiều bậc cha mẹ nghĩ, họ có thể nâng con lên cao

bằng những câu như “Mẹ khẳng định con là cầu thủ chơi bóng giỏi nhất” hoặc “Con đúng là cô bé xinh nhất lớp”. Nhưng những lời khen kiểu này không chỉ khuyến khích trẻ giữ tâm lý tự mãn – mà còn khiến chúng bị các bạn cùng lứa ghét bỏ, không những thế chúng còn dạy trẻ đánh giá giá trị bản thân thông qua việc so sánh với người khác. Thay vì thế, hãy để các thành tích của con tự lên tiếng.

Đừng cổ vũ quá đà: Cho dù bạn rất mong muốn được khoe tài năng của con cho cả thế giới biết, nhưng hãy cẩn trọng vì bạn đang liều lĩnh đánh mất tính tự giác của con. Bạn có thể nghĩ bạn đang động viên con (và tất nhiên tiện thể khoe luôn rằng bạn là phụ huynh xuất sắc)

bằng cách dán những bức vẽ nguệch ngoạc của con lên tường nhà, hoặc đăng video màn trình diễn của con lên Facebook. Nhưng hãy để con tự quyết định điều chúng muốn chia sẻ. Thử tượng tượng bạn sẽ cảm thấy sao, nếu ai đó đi theo và quay phim lại tất cả những gì bạn làm nhằm cho thế hệ sau biết, và rồi cứ làm loạn lên với nhất cử nhất động của bạn. Một người trẻ khiêm tốn bẩm sinh sẽ cảm thấy dễ chịu thoải mái hơn khi nhận được những lời ghi nhận và ngợi khen hợp lý, đơn giản.

Khuyến khích con tự cạnh tranh với bản thân: Bạn nên nói với trẻ rằng, chỉ có một người duy nhất trên đời thực sự xứng đáng để con đánh bại, đó là bản thân con. Thường thì với sự luyện tập và

tính bền bỉ, con sẽ chiến thắng. Nhà giáo dục phụ huynh Noel Janis - Norton đưa ra lời khuyên: “Hãy dạy trẻ cạnh tranh với bản thân - và hợp tác với mọi người. Theo cách đó, trẻ có thể đạt được thành tựu và sự tiến bộ - mà không cần phải hạ gục ai.” Hãy dành thời gian đọc bài tập về nhà của con, chỉ cho con thấy sự tiến bộ con đạt được qua thời gian: chữ viết của con đã từ cẩu thả sang gọn gàng dễ đọc, các bức vẽ nguệch ngoạc đã biến thành các bức vẽ cẩn thận, tỉ mỉ hoặc bài tập nhạc đầu tiên giờ đã trở nên trơn tru du dương. Nếu cha mẹ chỉ ra con đã có thể tự đi xa tới đâu, trẻ cũng sẽ thấy chúng có thể đi xa như vậy.

DẤU HIỆU CON BẠN CÓ THỂ ĐANG BỊ STRESS

Sự khác biệt rõ rệt giữa người lớn và trẻ nhỏ là trẻ không thể nhận biết và lý giải được cảm xúc của mình, chứ đừng nói tới giải quyết cảm xúc đó như thế nào.

Cách một đứa trẻ phản ứng với môi trường áp lực quá cao sẽ tùy thuộc vào nhiều yếu tố: Tính cách, gen, khả năng cân bằng, sự thành công ở trường học, ngưỡng stress cá nhân và cả mối quan hệ giữa trẻ với gia đình.

Khi trẻ bắt đầu bị ảnh hưởng bởi stress, ban đầu cha mẹ sẽ rất khó nhận ra sự khác biệt giữa đâu là giai đoạn phát triển bình thường của tuổi thơ ấu, và đâu là khi trẻ cần giúp đỡ. Đặc biệt, các nghiên

cứu đã tìm ra rằng, những trẻ có dấu hiệu lo âu căng thẳng khi học ở học cấp một, thường phát triển thành tình trạng stress toàn diện khi đến tuổi dậy thì.

• Nói rằng chỉ muốn đi về nhà và chơi.

• Nói bằng giọng thì thầm trong lớp.

• Nói rằng trẻ không xứng được điểm tốt - hoặc chỉ ra các trẻ khác giỏi hơn mình nhiều thế nào, và xé bài tập.

• Xin ra ngoài đi vệ sinh nhiều lần trong giờ học.

• Tránh nhìn vào mắt khi nói chuyện với cha mẹ.

• Không còn thích thú những hoạt động

mà chúng từng thích.

• Tỏ ra bồn chồn, kéo tóc, cắn móng tay, thể hiện các cử chỉ lo lắng.

• Tỏ ra dễ mất bình tĩnh hơn bình thường; quát tháo không lý do hoặc cầm nắm vật thật chặt.

• Tỏ ra buồn bã, cười khó khăn, điều này có thể để ý thấy bởi những người trong gia đình hoặc trong lớp.

• Bắt đầu thể hiện cảm giác vô vọng, bất khả kháng hoặc vô giá trị.

• Tỏ ra lo lắng tâm lý, trở nên rất sợ hãi kể cả với những rắc rối nhỏ nhặt, hoặc nghĩ những chuyện nhỏ xảy ra cũng đã

là tận cùng thế giới.

• Khó ngủ.

• Kiếm cớ để không phải đi học.

• Càng ngày càng ít nói.

• Trải qua những cơn đau đầu và đau dạ dày không rõ nguyên nhân.

• Trải qua một loại triệu chứng bệnh lý như: ho khan, nhiệt miệng, cảm lạnh, eczema, hoảng sợ, hoặc bị phát chứng hen suyễn.

• Biểu hiện các triệu chứng tương tự bệnh OCD (rối loạn ám ảnh cưỡng chế) như thường xuyên rửa tay, sắp xếp lại đồ đạc, hoặc khăng khăng sắp xếp đồ đạc

hoặc làm theo một loại thể thức nào đó.

TẠI SAO CHÚNG TA CẦN LUÔN KẾT NỐI

Hãy nhớ câu chuyện của Bella – bé và cha mẹ đã tách rời nhau ra sao

Khi trẻ đang bị cuốn theo nhịp bước quá nhanh của hệ thống giáo dục, thời gian ở bên cạnh con trở nên quý giá. Nếu trong thời gian ít ỏi bạn và con ở bên nhau, chúng liên tục cảm thấy bị đánh giá, chúng sẽ dừng cởi mở với bạn. Bị tổn thương bởi sự phê bình, trẻ sẽ quyết định không có cách nào khác ngoài phải bảo vệ cái tôi của mình - và tự thu mình vào vỏ ốc. Khi trẻ cảm thấy đang bị chối từ, chúng sẽ quay lại từ chối bạn.

Vì lý do này, việc cố gắng giữ liên hệ gần gũi càng trở nên quan trọng hơn.

Khi trẻ bước sang tuổi vị thành niên, quan hệ của cha mẹ và trẻ sẽ trở nên rất khó khăn - việc giữ mối liên hệ này sẽ trở nên cực kỳ quan trọng. Trẻ có thể thấy suy nhược do chương trình học quá tải tại trường và việc cha mẹ tìm thời gian để có thể ở bên trẻ, giúp con tránh xa những căng thẳng học tập thường ngày, và quý trọng con như những cá nhân độc lập là điều rất cần thiết. Nếu con xa lánh bạn, bạn cần nỗ lực phối hợp để mang con trở lại và giúp con học cách tin tưởng bạn một lần nữa.

Nhà tâm lý học Oliver James đề xuất một kỹ thuật gọi là *Tình yêu Dồn dập (Love Bombing).* Trong đó bao gồm việc dành thời gian ở riêng với trẻ, cho trẻ tình yêu và sự kiểm soát không giới hạn,

nhằm giúp thiết lập lại niềm tin giữa bạn và con. Ông James cũng tin rằng, việc mang mối quan hệ quay lại điểm xuất phát (có lẽ là trước khi áp lực cạnh tranh khiến bạn và con bị tách rời) có thể giúp ổn định lượng hoóc môn cortisol - hoóc môn kích thích cơ chế “chống- hay- chạy”, khiến trẻ luôn ở trạng thái sợ hãi lo lắng.

Nếu mối quan hệ cha mẹ - con cái đã bị hủy hoại nặng nề do hậu quả của sự phê bình, sẽ không dễ dàng gì khắc phục. Bạn có thể thấy những cải thiện nhanh chóng, nhưng cũng có thể mất từ một tới hai năm để hồi phục nếu con bạn đã trở nên hoàn toàn xa cách với cha mẹ. Hãy kiên nhẫn.

Tuy nhiên, đừng đợi tới lúc mối quan hệ giữa bạn và con sụp đổ hoàn toàn. Hãy đặt ra những thời gian chỉ dành riêng cho bạn và con - khi bạn và con ở bên nhau mà không có bất cứ giây phút dạy dỗ hay phê phán nào. Cùng con đi dạo, hoặc cùng uống một cốc sô cô la nóng, để con có cơ hội nói với bạn những điều mà bình thường chúng sẽ không thể nói ra.

PHẢI LÀM GÌ

Dạy trẻ lạc quan: Nhà tâm lý học Martin Seligman đã nghiên cứu và cho thấy rằng, sự lạc quan tạo cho trẻ hệ thống bảo vệ vững chắc trước sự trầm cảm và lo lắng trong cuộc đời sau này. Thậm chí nếu con bạn có bản tính bi

quan tự nhiên, con vẫn có thể học cách suy nghĩ tích cực ở bất cứ độ tuổi nào. Một nghiên cứu chỉ ra rằng, chỉ bằng những việc đơn giản như yêu cầu trẻ tập nghĩ về ba điều khiến con thấy hạnh phúc mỗi ngày, thì đã có thể giúp trẻ có cảm giác tốt đẹp về tương lai.

Đừng nói “không thể nào”: Trong nỗ lực động viên con làm tốt, các bậc cha mẹ hổ thường khuyên con nên cảm thấy như thế nào - nói cách khác là chúng ta muốn con cảm thấy thế nào. Kết quả là trẻ bắt đầu cảm thấy tâm trạng lo lắng của chúng là nỗi phiền hà cho cha mẹ. Nếu con bạn thể hiện sự lo lắng về bài kiểm tra hay các môn học - hoặc bất cứ thứ gì đáng kể - đừng nói “Không thể nào” hoặc “không vấn đề gì”. Ví dụ, một

trong những lý do khiến người trẻ có xu hướng tự hại là do những cảm xúc suy tư của họ bị coi là không đúng. Xu hướng tự hại trở thành cách trẻ trả lời cho những điều không được phép làm. Vì vậy, hãy tìm hiểu suy tư của con - và giả thiết rằng những lo lắng đó là có thật - tuy nhiên cũng cần tìm hiểu nguyên nhân đằng sau đó. Cố gắng ép con không được lo lắng lại càng khiến con lo lắng hơn, và những lo lắng đó sẽ thể hiện trở lại sau đó theo những cách nguy hiểm hơn nhiều. Nói chuyện về cảm xúc của con, sẽ giúp con nhận thấy bạn và con chính là đồng minh.

Dạy con tìm hiểu bản thân: Cũng tương tự như học đọc, trẻ cũng có thể học cách xác định và xử lý cảm xúc của mình.

Khi trẻ không biết chúng đang cảm thấy ra sao, chúng cũng sẽ không biết phải làm gì để cải thiện tâm trạng. Nhà tâm lý học Daniel Goleman đưa ra ý tưởng, dạy trẻ cách tự nhận biết và điều tiết cảm xúc (điều được cho là còn quan trọng hơn chỉ số IQ), vì nó giúp trẻ đưa ra những quyết định xử lý tình huống tốt hơn và phòng tránh những hành vi liều lĩnh. Hãy bắt đầu bằng việc nói cho trẻ biết bạn cảm thấy thế nào, bạn chịu trách nhiệm về cảm xúc của bản thân ra sao, và làm thế nào bạn xử lý các cảm xúc đó. Cùng quá trình lớn lên của trẻ, hãy dạy trẻ cách nhận biết, thể hiện và xử lý những cảm xúc của riêng chúng.

Duy trì tiếp xúc cơ thể: Khi trẻ lớn lên, chúng ta thường ít ôm ấp trẻ hơn, vì

dang vòng tay ôm một em bé chập chững hẳn dễ dàng hơn là ôm một thiếu niên cao to như con bạn. Các nhà khoa học đã tìm ra rằng, ôm trẻ trong hai mươi giây là đủ để giúp tăng và duy trì lượng hoóc môn oxytocin (cho trẻ cảm giác dễ chịu) cho cả ngày. Ở tuổi vị thành niên, trẻ thường trở nên tự ý thức và giữ khoảng cách hơn, nên bạn có thể tìm cách khác để duy trì sự tiếp xúc cơ thể, cho dù đó có thể chỉ là một cái bắt tay, hoặc một cái vỗ vào lưng.

Hãy vui vẻ lên: Những áp lực chất như núi do việc học hành có thể khiến mối quan hệ giữa bạn và con mất đi niềm vui, và khiến bạn có vẻ như lúc nào cũng lo lắng vì con. Trẻ sẽ hiểu điều đó theo nghĩa là có quá nhiều điều để lo

lắng và bạn chẳng bao giờ hài lòng với trẻ. Hãy vui vẻ lên, chủ động thực hiện những bước cần thiết để tránh cho căng thẳng chất đống. Cùng chia sẻ những truyện cười với con để giữ mối quan hệ thêm gần gũi; cùng xem những đoạn video hài hước với nhau. Khi nhắn tin, hãy sử dụng thêm những hình mặt cười để con thấy rằng mỗi tin nhắn của bạn không phải là một lời phàn nàn.

Tìm hiểu bức tranh lớn: Hãy đề nghị con tìm câu trả lời cho những câu hỏi lớn như “Tại sao ta lại ở đây?” và “Ai tạo ra vũ trụ?” để con có thể hiểu về vị trí của mình trên thế giới - chứ không phải như một câu kiểm tra thông thường. Để bắt đầu, bạn có thể tìm trên Youtube và cho trẻ xem cuốn phim ngắn mang

tên *The Pale Blue Dot* (tạm dịch: *Đốm xanh mờ*) của nhà thiên văn học hàng đầu thế giới Carl Sagan- trong đó giải thích tầm nhìn của tương lai loài người trong không gian.

Luôn nói chuyện: Trong những thời điểm xung đột, đặc biệt khi trẻ bước vào tuổi vị thành niên, trẻ thường bỏ ngoài tai những gì bạn nói. Đừng vì thế mà nản lòng. Việc trẻ đeo một cái mặt nạ thờ ơ, không có nghĩa là trẻ không quan tâm. Thậm chí nếu con bạn cư xử như thể chúng không lắng nghe, thì hãy cứ tiếp tục nói nhưng lưu ý lựa chọn cách nói khôn ngoan. Lắng nghe và phản hồi lại những gì con nói, để trẻ hiểu rằng bạn có nghe và hiểu. Ví dụ như, nếu trẻ sợ hãi về kết quả thi cử, hãy tìm hiểu

xem trẻ nghĩ trường hợp xấu nhất là gì - và làm thế nào trẻ đối phó nếu nó xảy ra.

TRẬN CHIẾN BÀI TẬP

Bài tập về nhà của trẻ thường là lý do biến căn nhà thành bãi chiến trường - và bạn trở thành sĩ quan huấn luyện. Đây được coi là điểm giao lưu của quá trình học tập và kỳ vọng của cha mẹ.

Thời gian trẻ làm bài tập về nhà, là thời gian cha mẹ dễ tức giận vì con hoàn thành bài tập không nhanh chóng như họ mong đợi. Đây cũng là giây phút mà khi nỗ lực hối thúc con làm bài tốt hơn, các bậc cha mẹ hổ thường thốt lên những câu khiến họ phải hối hận sau đó.

Các khảo sát đã chỉ ra rằng, bài tập là

nguyên nhân lớn nhất tạo bất hòa giữa cha mẹ và con cái. Một khảo sát còn cho biết, có khoảng 40% trẻ đã từng khóc do cha mẹ quát mắng trong lúc làm bài tập - và con số này có vẻ vẫn còn ít hơn nhiều so với thực tế.

Theo giáo sư Sue Hallam của Viện Giáo dục thuộc Đại học London, xung đột gia tăng một phần là do các trường học giao bài tập dạng viết khi trẻ còn quá nhỏ. Giáo sư Hallam nói: “Trong quá khứ, trẻ em được giao bài tập về nhà là học cách viết mười từ và ôn lại những gì đã học trên lớp. Giờ đây điều đang xảy ra là trẻ em (ở cùng độ tuổi như so với trước kia) lại được giao bài tập viết đoạn văn, đó chính là nơi rắc rối bắt đầu. Các ông bố bà mẹ cố gắng giúp con, nhưng do

phương pháp dạy học ngày nay đã thay đổi nên họ cảm thấy bối rối. Cha mẹ cảm thấy buồn rầu, và con cái cũng thấy không vui.”

Càng ngày càng có nhiều minh chứng cho thấy, bài tập về nhà đang làm hủy hoại thời gian bên nhau của các gia đình cũng như chiếm bớt thời gian đáng lẽ được dùng để nghỉ ngơi thư giãn. Một lượng bài tập mà trẻ phải bỏ 20 phút để hoàn thành ở trường có thể khiến trẻ mất gấp bốn lần thời gian để hoàn thành tại nhà, do có quá nhiều điều gây trì hoãn và mất tập trung.

Kết quả là, trẻ đi ngủ muộn hơn, được ngủ ít hơn và cảm thấy stress nhiều hơn. Thậm chí, riêng việc trọng lượng của

sách giáo khoa cũng là điều cần bàn. Thế hệ trước, trẻ thường đi học với một chiếc cặp nhỏ đựng vài quyển sách. Ngày nay, dù hầu hết bài tập đã được giao qua internet, trẻ vẫn phải mang nhiều sách tới nỗi chúng mắc bệnh cột sống. Theo một điều tra của Tổ chức Chỉnh hình Anh Quốc cho thấy, khi khảo sát 1.200 trẻ thì cứ bảy trên mười trẻ chịu những cơn đau do mang cặp sách nặng.

Bài tập về nhà cũng đang dần chiếm lĩnh kỳ nghỉ hè của trẻ. Trước kia, kỳ nghỉ hè dài là cơ hội để trẻ được tự do phiêu lưu, khám phá thiên nhiên và tìm hiểu bản thân. Giờ đây, những tháng nghỉ hè được coi là học kỳ phụ - là cơ hội để trẻ học phụ đạo nhằm bắt kịp hoặc bứt lên

trước. Cứ bốn phụ huynh thì có một người thuê gia sư dạy con trong kỳ nghỉ hè, để đảm bảo con không bị quên kiến thức.

Mặc dù đúng là trẻ em có thể sao nhãng một chút trong kỳ nghỉ hè, nếu chúng không ôn tập lại kiến thức. Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng, việc bắt trẻ học nặng cũng không giúp cải thiện học lực. Ở Phần Lan, trẻ em làm bài tập ít hơn so với ở Anh, nhưng lại đạt thành tích cao hơn trong bảng xếp hạng thế giới - đứng trong top đầu về môn Toán và Khoa học ở mọi lứa tuổi. Ở Pháp, chính phủ đã đưa ra kiến nghị bỏ giao bài tập về nhà cho học sinh tiểu học, số ngày của trường học dài hơn nhưng thời gian học mỗi ngày ngắn lại để trẻ có thời gian vui

chơi. Trong khi đó, Đan Mạch đã thử áp dụng “trường học không có bài tập”, dẫn đến kết quả là học sinh đạt điểm tốt hơn và ít nghỉ học hơn.

Việc làm bài tập về nhà tuân theo định luật tỉ suất lợi nhuận giảm dần. Các nhà nghiên cứu thuộc Đại học Duke cho biết: đối với học sinh cấp hai, sau thời gian làm bài tập tối đa là hai tiếng, thì bất cứ lợi ích nào của việc học cũng bắt đầu giảm nhanh chóng.

Vậy bạn có lựa chọn gì? Bạn có thể chọn cho con học một trong số các trường học giảm tải. Một ví dụ là trường Tiffin Boys tại thủ phủ Kingston-upon-Thames của Hạt Surrey, một trong những trường có thành tích tốt nhất

nước. Tại đây, các giáo viên đã nhất trí giảm tải bài tập về nhà cho học sinh vì lo ngại học sinh bị căng thẳng.

Cùng lúc đó, một số cha mẹ hổ lại nôn nóng muốn con học nhiều hơn, đặc biệt ở cấp tiểu học. Nếu được cha mẹ yêu cầu, các giáo viên sẽ đồng ý giao thêm bài tập cho học sinh, để chứng tỏ rằng họ cung cấp cho học sinh sự giáo dục nghiêm khắc, mặc cho thực tế là khi trẻ học tới cấp hai, ngoài thời gian học cả ngày tại trường, trẻ đã phải làm bài tập bốn tiếng mỗi tối.

Trong khi một số trẻ sẽ làm mọi việc để né tránh, một số trẻ cực đoan lại trở nên cầu toàn, nhất định không chịu đi ngủ khi chưa hoàn thành hoàn hảo bài tập.

Tôi đã được nghe một số bà mẹ tâm sự rằng, họ phải nài nỉ con học ít đi. Hãy cẩn thận đừng để bị chói mắt dưới hào quang tự giác của con, bạn sẽ dễ cảm thấy tự mãn khi đứa con mới tám tuổi đã có thể viết một câu chuyện dài ba trang, thay vì viết một đoạn văn tám dòng như những đứa trẻ khác. Tới cấp hai, cũng chính những đứa trẻ này sẽ học xuyên ngày đêm, và trở thành những sinh viên run rẩy nộp đề án tiến sĩ sau này. Đối với hầu hết trẻ em, bài tập về nhà là điều hiển nhiên. Trách nhiệm của cha mẹ là khiến việc làm bài tập ít gây tổn hại nhất cho trẻ. Hãy thay đổi quan niệm về bài tập - đó không phải là cơ hội để con bạn bù đắp cho việc không xuất sắc ở trường, cũng không phải cơ hội để đem

lại vinh dự cho gia đình (bằng cách cha mẹ giúp trẻ làm những tác phẩm xuất sắc đánh bại mọi đối thủ khác). Hãy đối mặt với thực tế rằng, sự tham gia của bạn, dù có xuất sắc, cũng sẽ chẳng lừa được ai và cũng không lập tức giúp con vươn lên đứng đầu lớp. Để giữ đầu óc sáng suốt cũng như bảo vệ mối quan hệ giữa bạn và con, hãy coi bài tập chỉ đơn giản là một nhiệm vụ cần thực hiện hiệu quả nhất có thể.

CẦN LÀM GÌ

Để giảm xung đột, hãy giáo dục cho con có thói quen tốt, đặt ra giới hạn thời gian làm bài tập từ lúc bắt đầu tới lúc kết thúc. Trong môi trường giáo dục hiện nay, bạn thực sự có thể giảm áp lực cho

con nếu bạn sắp xếp thời khóa biểu và đặt ra thói quen học tập tốt, giúp con học hiệu quả hơn.

Noel Janis-Norton, tác giả cuốn cẩm nang Calmer, Easier, Happier Homework (tạm dịch: Làm bài tập dễ dàng, vui vẻ và thoải mái hơn) đã đưa ra lời khuyên rằng, hãy hỏi nhà trường xem con nên dành bao nhiêu thời gian để học mỗi môn buổi tối. Sau đó bạn có thể giúp con chấp hành các giới hạn thời gian này bằng cách nói con không được dành nhiều hơn - hoặc ít hơn một phút - so với thời gian đã quy định.

Hãy tìm một khoảng thời gian trong ngày, sau giờ học ở trường, thích hợp nhất cho con làm bài tập, có thể là ngay

khi đi học về hoặc sau khi con nghỉ ngơi một chút. Thống nhất đặt ra thời gian bắt đầu mỗi ngày để biến quy định đó thành thói quen hằng ngày, tránh mất thời gian cho việc trẻ mè nheo và chống chế.

Ông Noel cũng nói: “Cần phải làm rõ ngay từ đầu là trẻ có bao nhiêu thời gian. Và cứ thế sau một, hai ngày, trẻ sẽ bắt đầu hoàn thành bài tập trong khoảng thời gian cho phép.”

Để đảm bảo chất lượng bài tập, mà không làm hộ con, ông Noel cũng đề xuất nên dùng phương pháp suy nghĩ cân nhắc: Dành năm phút hỏi con về những gì con cần làm để giải quyết bài tập. Làm giải tỏa sự căng thẳng của trẻ bằng cách hỏi trẻ những câu hỏi như

“Con có cần viết đầy đủ ra không?” hoặc “Con có phải trình bày bài không?”.

Tuy nhiên, đừng tham gia quá sâu. Giám sát quá mức sẽ khiến trẻ cảm thấy mình không thể làm được. Đừng làm hộ bài tập cho con chỉ vì bạn thấy quá chán khi con mãi không làm được và chỉ muốn giải quyết cho nhanh. Điều này chỉ giúp che đậy vấn đề và dễ dẫn bạn đến xung đột.

Tất nhiên cũng có khả năng là bài tập quá khó so với sức của con, hoặc con bỏ lỡ bước nào đó và không hiểu. Nếu đúng vậy, hãy kiểm tra với giáo viên. “Nên nhớ, nhiệm vụ của giáo viên là dạy học trò”. Ông Noel nói: “Nhiệm vụ của cha

mẹ là dạy con những thói quen tốt. Trẻ chỉ học hỏi được nếu bộ não của chúng tự nghĩ ra câu trả lời.”

Giờ đây khi bạn đã giúp con biết sắp xếp để có được nhiều thời gian trống hơn, điều quan trọng là không được đổ thời gian đó vào ti vi, internet hay trò chơi điện tử. Ông Noel gợi ý: “Một cách để ngăn việc này là giữ tất cả những thứ ti vi, máy tính ở những khu vực trong nhà mà bạn nhanh chóng và dễ dàng giám sát được. Nếu con phá luật, hãy cứng rắn không cho con đụng vào máy tính vài ngày, kể cả điều đó đồng nghĩa với việc con có thể bị điểm thấp.

Sau cùng, hãy đặt ra một luật lệ là bài tập cần được hoàn thành xong trước khi

con được giải trí bằng xem ti vi hay máy tính - đảm bảo thời gian vui chơi và học tập không bị lẫn lộn vào nhau.

HOẠT ĐỘNG NGOẠI KHÓA

Trước kia, khi trẻ từ trường về nhà, coi như trẻ đã hoàn thành nhiệm vụ chủ yếu trong ngày của mình. Chúng có quyền được thư giãn và đi ra ngoài chơi. Bài tập chỉ ở mức tối thiểu, và áp lực ít hơn bây giờ đến nỗi hầu hết phụ huynh không hề lo lắng rằng con mình quá bận rộn.

Họ cũng không phải lo lắng xem bọn trẻ làm gì trên internet, mà thấy rất an tâm để trẻ tự chơi trong vườn - thậm chí trên đường phố - hoặc ngồi trước ti vi xem những chương trình hợp lứa tuổi như Bagpuss hay Vision On.

Ở thời đó, trẻ còn theo đuổi cả những sở thích riêng: ví dụ như sưu tập tem,

nhưng điều này đã biến mất trong xã hội hiện đại, do thực tế là rõ ràng chẳng có ai làm nghề sưu tầm tem mà lại hiển vinh cả.

Với trẻ ngày nay, tiếng chuông báo hết giờ vào cuối buổi học mới chỉ là sự khởi đầu của một ca học mới. Các lớp học mới được mở ra hằng ngày, nhằm vào đối tượng tuổi ngày càng nhỏ. Đã có thời cha mẹ để việc học bơi, luyện tập thể chất và thể thao cho nhà trường phụ trách. Giờ đây, hãy thử giở mục quảng cáo của bất cứ tờ tạp chí nuôi dạy trẻ nào, bạn sẽ tìm thấy một loạt quảng cáo hứa hẹn đem lại cho con bạn những tài năng đáng mơ ước. Các công ty sản xuất đồ chơi giáo dục đã kiếm món lời béo bở và nhanh chóng bằng việc khai thác

sự sợ hãi của cha mẹ rằng, những việc họ làm cho con cái không bao giờ là đủ, khiến họ tin rằng một số việc - mà trẻ vốn có thể dần dần làm được khi có thời gian và không gian phù hợp - giờ đây nên được học và dạy bởi các chuyên gia. Ví dụ, gần nhà tôi có lớp học dạy xây lều cho trẻ - mặc dù đây là việc chỉ cần đưa trẻ vào rừng tự chơi thì chúng có thể hoàn toàn tự nghĩ ra được.

Là những bậc phụ huynh "chuyên nghiệp", chúng ta hào hứng đăng ký cho con trai và con gái học ngoại ngữ ngay khi chúng mới biết nói bập bẹ, và họ tự nhủ rằng điều này sẽ giúp con phù hợp hơn với thị trường việc làm toàn cầu khi lớn lên. Chúng ta đã bỏ ra một số tiền không nhỏ cho việc đó. Chúng ta coi

việc cố gắng làm việc nhiều hơn - và chi trả cho nhiều hoạt động ngoại khóa hơn - trở thành phù hiệu chứng nhận ta là những bố mẹ tận tâm. Chỉ có rất ít người trong chúng ta không cho con tham gia lớp ngoại khóa nào đó vì chúng ta dễ bị ảnh hưởng khi nghe một bà mẹ kể chuyện con họ tham gia lớp. Chúng ta đang trải nghiệm trạng thái FOMO – The Fear of Missing Out (Sợ Bị Bỏ Lỡ).

Việc chi trả cho các hoạt động ngoại khóa của con, cũng là cách khiến cha mẹ thấy tốt hơn khi không ở bên con cái. Có vẻ đây chính là một cách chăm sóc trẻ con tập trung, hướng mục tiêu và giúp cha mẹ thấy dễ chịu nhưng cũng đi kèm cái giá phải trả đắt nhất.

Tất nhiên các khóa học này cũng có những lợi ích. Ví dụ như việc cho trẻ chơi thể thao sẽ giúp tạo cho trẻ sự tự tin cao, tích cực với các hoạt động tại trường, ít phát triển vấn đề hành vi, và giảm tỉ lệ sử dụng thuốc kích thích hay tham gia các hành động tình dục mạo hiểm. Nhưng sẽ phải trả giá nếu các hoạt động ngoại khóa trở nên quá tải. Mức độ stress của cha mẹ tăng cao khi chúng ta trở thành những “thư ký xã hội” cho con cái, cố gắng chạy đua để đáp ứng lịch ngoại khóa bận rộn của con, và phải cắn răng chi trả một khoản chi phí lớn - và tất cả những việc này diễn ra thậm chí trước cả khi trẻ bắt đầu ngồi vào làm bài tập.

Chúng ta cậy nhờ đến “các chuyên gia” để dạy con (dù trong thực tế, nhiều người trong số đó chẳng phải chuyên gia gì), trong khi đáng lẽ chúng ta chỉ cần khuyến khích trẻ tự làm những việc đó. Chúng ta cho trẻ học những khóa học đắt tiền, trong khi con có thể học nhiều hơn từ cuộc sống và cảm thấy mình giỏi giang hơn nếu ta chịu huấn luyện con làm vài việc nhà. Liệu con có thực sự cần tham gia lớp nấu ăn trong khi sẽ đỡ tốn thời gian hơn rất nhiều (chưa kể tiện lợi và rẻ hơn) nếu ta để con ở bên học hỏi khi ta nấu ăn? Điều mỉa mai ở đây là con cái chúng ta lại có vẻ giỏi môn đấu kiếm hơn biết cách dỡ đồ khỏi máy giặt hoặc dọn bàn ăn. Đúng là thường thì

chúng ta không biết quý trọng những điều đến tự nhiên miễn phí.

Chúng ta cũng thường bắt trẻ tham gia các hoạt động quá lâu. Ban đầu, trẻ có thể thích lớp ngoại khóa. Nhưng ngay khi trẻ bắt đầu hơi có tiến bộ nhỏ ở một hoạt động, ta sẽ thúc ép và làm giết chết động lực bên trong mà trẻ có ban đầu.

Một nghiên cứu gần đây cho thấy, hậu quả của tất cả những điều này là các bậc cha mẹ lo âu thái quá này đang khiến con cái "làm việc" năm mươi tiếng mỗi tuần - còn hơn thời gian người lớn làm việc ở văn phòng - mặc cho thực tế tối quan trọng là đáng lẽ trẻ nên có thời gian nghỉ ngơi để hấp thụ những gì đã học được.

Theo một nghiên cứu khác, vấn đề không phải là thời gian trẻ phải bỏ ra cho các hoạt động ngoại khóa mà là áp lực do nó mang lại. Theo giáo sư tâm lý học Suniya Luthar của trường Đại học Sư phạm Columbia, điều khiến hoạt động ngoại khóa không còn là niềm vui cho trẻ bởi vì cha mẹ bắt đầu gắn các mục tiêu cho chúng.

Andre Aelion Brooks là một trong những nhà báo đầu tiên kêu gọi hãy cẩn thận với hiện tượng trẻ bị quá tải hoạt động. Trong cuốn sách Children of Fast-Track Parents, sau khi hội ý với 80 nhà chuyên môn về sức khỏe tâm thần, 60 phụ huynh và phỏng vấn gần 100 trẻ, bà kết luận rằng, bắt trẻ tham gia quá nhiều các hoạt động ngoại khóa không phải là

một ý hay. Khi phải nhận quá nhiều trách nhiệm, trẻ nhỏ có thể bị trầm uất rất nguy hại.

Hãy thử tiếp tục tượng tượng rằng bạn sẽ gặp con sau hai mươi năm nữa. Bạn có nghĩ con còn nhớ những hoạt động ngoại khóa nối tiếp nhau mà con đã phải tham gia? Hay con sẽ nhớ cảm thấy mệt mỏi thế nào và bị cha mẹ quát mắng vì không chuẩn bị sẵn sàng để tới lớp ngoại khóa đúng giờ?

Tất nhiên bạn có thể giúp con khám phá những năng khiếu con có. Nhưng để con vẫn say mê điều đó sau hai mươi năm, là do con phải thực sự đam mê và dốc tâm can vào đó, chứ không phải do bạn.

CẦN LÀM GÌ

Cho con thời gian nghỉ ngơi: Trẻ cần thời gian nghỉ ngơi để hấp thụ những gì đã học được. Nghiên cứu cho thấy khả năng tiếp nhận của trẻ tăng lên khi trẻ dành nhiều thời gian hơn để tự do chơi đùa và ít thời gian tham gia các hoạt động ngoại khóa nghiêm ngặt.

Đừng bắt đầu quá sớm: Trẻ nhỏ cần ở bên cha mẹ - và trẻ sẽ học được thông qua các tương tác vui vẻ với cha mẹ nhiều hơn so với việc tham gia lớp học âm nhạc hoặc lớp gym. Việc phải thực hiện quá nhiều hoạt động, bị vây quanh bởi quá nhiều trẻ em khác, có thể khiến các em bé trở nên đeo bám và bất an. Đối với trẻ, một chuyến đi dạo trong

công viên với mẹ là đủ thú vị rồi. Hãy tự hỏi xem, liệu có phải bạn tạo cho con lịch hoạt động bận rộn bởi vì bạn không biết nên làm gì với con khi chúng ở nhà? Hãy đảm bảo rằng bất cứ nhóm nào mà bạn cho con tham gia cũng không quá đông đúc và con có thể nắm bắt được tình hình.

Kiểm tra lại động cơ của bạn: Có thật bạn ghi danh cho con tham gia một hoạt động vì con thực sự yêu thích - hay bởi vì bạn nghĩ như vậy con sẽ có lợi thế hơn những trẻ khác? Bạn có thể để con được thử. Nhưng hãy nhớ rằng có sự khác biệt lớn giữa một phụ huynh biết khuyến khích sự nỗ lực và bền chí của con thông qua hoạt động ngoại khóa, với một phụ huynh coi việc con thành công

trong hoạt động ngoại khóa là chuyện sống còn.

G*iới hạn trong phạm vi trường học:* Hãy hướng trẻ tới những hoạt động ngoại khóa tại trường, trong giờ nghỉ giải lao hoặc giờ nghỉ trưa. Như vậy sẽ tránh cho trẻ không phải di chuyển từ nơi này sang nơi khác, trẻ cũng có nhiều thời gian rảnh hơn ngoài giờ ở trường, được thử nghiệm xem mình có thích hoạt động đó, mà lại tránh cho cha mẹ khỏi áp lực tiền bạc.

Đừng làm to chuyện nếu con từ bỏ: Nếu trẻ quyết định nghỉ chơi một nhạc cụ, hoặc từ bỏ một kỹ năng nào đó mà trẻ đã học và luyện tập nhiều năm, điều đó không có nghĩa trẻ đã phí hoài thời gian,

vì thực ra trẻ đã học được rất nhiều. Hãy nhớ, trẻ em cũng học được từ việc từ bỏ - đó là học được cách thú nhận và dừng lại khi phải mang quá nhiều trách nhiệm trên vai.

Đừng bắt trẻ cạnh tranh: Trẻ em cần có bạn bè trong một môi trường không cạnh tranh ngoài trường học. Trong lớp, trẻ đã chịu đủ sự so sánh nên việc chịu đựng thêm điều đó sau giờ học là không cần thiết. Hãy tìm những khóa học dạy kỹ năng sống và kỹ năng suy nghĩ, thay vì những hoạt động chỉ giúp làm đẹp bảng thành tích của con.

Đừng lo lắng: Có thể bạn nghĩ nếu bạn để con tự do vui chơi ở độ tuổi này và thời đại này sẽ khiến bạn bị đánh giá là

thiếu quan tâm. Nhưng thực tế, có những trẻ chỉ thích được chơi ở nhà. Đừng nghĩ bạn sẽ không giúp gì cho con nếu không cho con tham gia lớp ngoại khóa. Việc để con tự chơi là cách giúp con tìm hiểu nhiều hơn về bản thân - là một cách tự nhiên giúp trẻ em học hỏi và phát triển.

ĐÔI LỜI VỀ TUỔI VỊ THÀNH NIÊN

Khi trẻ bước vào tuổi vị thành niên, cũng là thời gian các bậc phụ huynh trở nên lo sợ. Khi chứng kiến con cái dần trượt ra khỏi sự kiểm soát của mình, các bậc cha mẹ mất kiên nhẫn và lại càng mong đợi con chứng minh giá trị bản thân thông qua kết quả học tập tốt.

Đây là lúc chúng ta chờ đợi thu kết quả từ sự đầu tư vào con cái, và chờ đợi con tăng tốc thẳng tiến trên con đường học vấn để giành vinh quang. Cánh cửa đại học đã hiện ra mờ mờ phía trước, nghĩa là bất cứ vấp ngã nào dù nhỏ của con trên quãng đường này cũng sẽ khiến ta cảm thấy như thể một tai nạn kinh khủng đã xảy ra.

Tuy nhiên, hãy luôn nhắc nhở bản thân rằng tuổi vị thành niên là một chuỗi thay đổi liên tục. Bộ não của trẻ thời kỳ này phát triển và thay đổi ở mức chóng mặt. Các nhà khoa học cho rằng, sau thời kỳ bùng nổ phát triển bộ não ở tuổi thơ ấu, thì vị thành niên chính là thời kỳ bộ não phát triển tăng vọt nhất. Bạn không thể mong đợi con có sự chín chắn và cư xử như thể những ứng viên trẻ trong chương trình truyền hình Khởi nghiệp, chỉ bởi vì bạn nghĩ con cần xử sự như vậy để có thể đạt tới thành công.

Rất khó để cảm thấy quý mến trẻ khi chúng bước vào tuổi vị thành niên - và sự phản kháng của trẻ với những nỗ lực của cha mẹ, cũng như việc không chịu nhìn nhận những hậu quả do hành động

của chúng gây ra, dễ khiến cha mẹ nổi cáu lên với chúng. Bạn hãy chuẩn bị đứng thật vững, vì đây chắc chắn sẽ là một hành trình không êm ả gì. Việc bạn thể hiện sự thất vọng hay làm con xấu hổ vì con tỏ ra thiếu kỷ luật hay thiếu tham vọng cũng sẽ chẳng giúp được gì - thậm chí còn khiến mọi việc tệ hơn. Hãy nhớ sự phát triển không phải là một phương trình đường thẳng. Hoóc môn và sự chưa trưởng thành đồng nghĩa với trẻ sẽ tiến hai bước và lùi một bước. Trẻ vị thành niên thường thể hiện những tính cách khó ưa trong một hai tháng liên tục và hoàn toàn biến mất vài tuần sau đó. Hãy giữ niềm tin là con bạn rồi sẽ ổn định trở lại.

Trong cuốn sách *The Blessing of a B*

Minus (tạm dịch: *Những điều tốt lành của Điểm B trừ*), tiến sĩ tâm lý học lâm sàng Wendy Mogel khuyên rằng, để hạ nhiệt mối quan hệ giữa cha mẹ và con tuổi vị thành niên, cha mẹ không nên thảo luận về trường đại học hay lựa chọn nghề nghiệp cho tới khi con đạt mười sáu hoặc mười bảy tuổi - cho dù bạn đang nung nấu muốn làm điều đó và phải cố lắm mới kiềm chế được. Việc đặt cuộc thảo luận đó sang một bên và đợi đến khi thật sự cần thiết sẽ giúp bạn không so sánh con với những đứa trẻ khác, và giúp giải tỏa áp lực lên con.

Tiến sĩ Mogel cũng khuyên cha mẹ nên tiếp tục nhìn vào những đứa con tuổi vị thành niên với tình yêu vô điều kiện, và cảm thông như chúng ta đã làm khi con

còn ở tuổi ấu thơ. Các bước phát triển này thực ra không khác biệt gì. Bà nói: “Việc chấp nhận cá tính và sự phát triển tự nhiên của con hẳn là một trong những thử thách khó khăn nhất bạn sẽ phải đối mặt khi làm cha mẹ. Điều đó đồng nghĩa với việc bạn phải đồng hành - chứ không chống lại - cùng với tốc độ phát triển riêng, tính tình và phong cách độc nhất của con bạn.”

TÌM ĐIỂM SÁNG CỦA CON

Để giúp con đạt được hết tiềm năng - mà không cần phải thúc ép - hãy giúp con tìm “điểm sáng” của bản thân. Điểm sáng này có thể là một kỹ năng, một tài năng hoặc một sở thích mà con bạn giỏi tự nhiên, và thật lòng yêu thích.

Ý tưởng này được đề xuất bởi ông Peter Benson - cán bộ phát triển thanh niên. Ông giải thích rằng: “Mỗi đứa trẻ đều có một điểm sáng - một cái gì đó tốt đẹp và hữu dụng cho thế giới này. Điểm sáng là cái gì đó giúp chiếu sáng cuộc đời của một người trẻ, cho cuộc đời ấy năng lượng và mục đích sống”.

Thoạt nghe có vẻ đơn giản, nhưng có rất ít bậc phụ huynh từng ngồi xuống và hỏi

con cái xem đam mê của chúng trong cuộc đời là gì. Thay vào đó, chúng ta thường có thói quen hướng cho trẻ học những kỹ năng mà chúng ta cho rằng sẽ hữu ích. Thường thì chúng ta quá để tâm tới những kỳ vọng của bản thân về những thứ con cái cần giỏi - để rồi không thể nhìn ra đâu mới là điều thực sự thúc đẩy con.

Ông Benson chia điểm sáng ra làm ba loại: một kỹ năng hoặc tài năng mà con bạn giỏi tự nhiên; một trách nhiệm ví dụ như tình nguyện hoặc cứu giúp thế giới; hoặc một phẩm chất tốt như cảm thông và biết lắng nghe.

Điểm sáng có thể là âm nhạc, thể thao, trí tuệ, học thuật hoặc giao tiếp - từ chơi

một loại nhạc cụ cho tới cứu giúp động vật. Nó sẽ giúp thắp sáng con đường nghề nghiệp, hoặc giúp cân bằng các hoạt động khác để khiến người trẻ cảm thấy toàn diện hơn. Nó giúp người trẻ biết cách sử dụng thời gian tốt hơn, và thấy lạc quan hơn. Một điểm sáng luôn giúp phát triển tài năng bẩm sinh vì trẻ sẽ yêu thích làm điều chúng giỏi tự nhiên.

Để tìm xem điểm sáng đó là gì, đơn giản hãy hỏi con bạn xem chúng yêu thích làm gì. Khoảng tám trên mười trẻ ở độ tuổi mười hai trở lên đã biết rõ chúng muốn gì. Cho tới nay, đã thống kê được 220 loại điểm sáng khác nhau của trẻ em trên toàn thế giới.

Nếu con bạn còn quá nhỏ để tự xác định điểm sáng riêng, hãy dành thời gian quan sát trẻ chơi đùa. Nhìn vào những vật mà chúng say mê hoặc chúng tự động bị thu hút vào khi không có ai khác xung quanh.

Dùng kiến thức bạn vừa tìm hiểu được để giúp sắp xếp lịch hoạt động cho con. Như ông Benson đã nói: "Việc một đứa trẻ vị thành niên chỉ tham gia một hai hoạt động có liên quan tới điểm sáng của chúng sẽ tốt hơn nhiều nếu bắt chúng tham gia hàng loạt hoạt động mà chúng chẳng thích thú gì."

Cha mẹ nên chỉ dẫn và cho trẻ cơ hội để phát triển điểm sáng, nhưng cố gắng đừng quyết định thay trẻ. Một đứa trẻ

cần phải tự có động lực thực sự để phát huy điểm sáng, cha mẹ không thể ép buộc cảm hứng của trẻ được.

Ông Benson tin rằng một khi trẻ tìm ra được điểm sáng riêng, thì kết quả học của chúng sẽ khá hơn, chúng cảm thấy cuộc sống có mục đích hơn, và chúng sẽ ít xung đột với cha mẹ hơn, bởi chúng sẽ cảm thấy được quý trọng vì chính bản thân chúng – chứ không phải vì người mà cha mẹ muốn chúng phải trở thành.

HỌC CÁCH NÓI VỚI CON

Những gì ta làm với tư cách cha mẹ sẽ tạo nên sự khác biệt. Nhưng những gì ta nói và cách ta nói cũng quan trọng không kém. Là cha mẹ, chúng ta thật quyền năng trong mắt con trẻ, nên mỗi lời ta nói đều gửi đi một thông điệp, giúp trẻ định hình cách nghĩ về bản thân.

Khi trẻ lớn dần, cư xử của bậc cha mẹ tạo nên một sự khác biệt lớn đối với mức độ stress của trẻ - không chỉ do cách lựa chọn ngôn từ, mà còn cả giọng điệu mà ngôn ngữ cơ thể cha mẹ sử dụng. Những từ ngữ chúng ta nói giúp định hình suy nghĩ của trẻ về bản thân, về năng lực và về thế giới rộng lớn bên ngoài - cả theo cách tích cực lẫn tiêu cực. Với một đứa trẻ nhạy cảm đang cố

vật lộn để nắm bắt được một môn học hay một khái niệm, việc cha mẹ đưa những lời nhận xét như “Con biết câu trả lời mà” không hề giúp động viên trẻ, mà ngược lại, sẽ càng khiến trẻ trở nên lo lắng hơn.

Bên cạnh đó, nếu bạn từng có dịp xem video ghi lại bản thân trong trạng thái “phụ huynh toàn phần”, bạn sẽ ngạc nhiên vì thể hiện sự hung dữ và chất giọng nạt nộ của mình. Cho dù bạn cố không nạt nộ, khuôn mặt bạn cũng ám chỉ sự thất vọng đối với con cái - một khuôn mặt hoàn toàn vô cảm.

Chúng ta hay cho rằng nếu ta nói điều phải, con chúng ta sẽ nghe ra điều phải. Nhưng khoảng 70% ý nghĩa của thông

điệp lại được thể hiện qua ngôn ngữ cử chỉ. Đặc biệt các bé gái nắm bắt mọi ngôn ngữ cử chỉ dù nhỏ nhất. Trẻ thường nhận ra khi ta cau mày và các ngôn ngữ cử chỉ tiêu cực nhiều hơn ta tưởng. Thay vì việc chúi đầu vào nhắn tin và không buồn ngẩng lên nhìn con khi con từ trường về nhà, hãy đảm bảo giữ khuôn mặt rạng rỡ chào đón con trở về. Hãy sử dụng ngôn ngữ cử chỉ để thể hiện bạn đang lắng nghe con. Mỉm cười và sử dụng ngôn ngữ cơ thể mở để ra tín hiệu cho con biết rằng, thế giới này là một nơi an toàn và bình yên. Khi bạn thoải mái và vui vẻ, con cũng thường cảm thấy tương tự.

Hãy để ý xem một ngày bạn cười với con bao nhiêu lần. Bạn có thể sẽ không

nhận ra stress và cuộc sống bận rộn đã ảnh hưởng tới thái độ của bạn ra sao, cho tới tận lúc bạn bắt đầu để ý quan sát bản thân. Thử tưởng tượng con bạn sẽ cảm thấy thế nào nếu dường như bạn lúc nào cũng tỏ ra căng thẳng và xa cách chúng. Hãy nhớ, nếu bạn mỉm cười khi con làm điều gì đó tốt, thông điệp tích cực truyền đi sẽ mạnh mẽ gấp đôi.

Cha mẹ hãy cố nhìn bản thân qua đôi mắt của trẻ. Trong lúc phải làm bài tập khó và cố gắng để nghĩ câu trả lời, trẻ sẽ thấy bồn chồn lo lắng nếu bị người lớn giám sát chằm chằm. Nếu bạn muốn ở trong phòng nơi trẻ đang ngồi làm bài tập, thì ít nhất thể hiện cho trẻ thấy bạn không định kéo ghế ngồi cạnh và giám sát việc làm bài tập của con. Điều này sẽ

giúp gửi đi thông điệp rõ ràng tới trẻ rằng, bạn ở đó là để động viên chứ không phải phê phán trẻ.

CẦN LÀM GÌ

Sử dụng người thứ ba: Để giảm xung đột và giảm bớt các phản ứng tự vệ từ con, hãy sử dụng người thứ ba để làm rõ rằng, bạn không phải đang cố chống lại con. Giải thích cho con hiểu tại sao điều bạn yêu cầu lại là vì lợi ích của con. Thay vì việc nói “Muộn rồi. Sao con chưa đi làm bài tập?” thì hãy nói “Đã đến giờ con làm bài tập. Nếu không, con sẽ phải thức khuya và sáng mai con sẽ thấy mệt.” Cho dù chúng ta có ý định hay không, phần lớn trẻ nghĩ rằng cha mẹ bắt trẻ phải tuân theo ý kiến của

mình. Như vậy, nếu người lớn ghét bị nói “nên”, “phải” hoặc “cần” làm gì bao nhiêu, thì trẻ con cũng ghét bị nói những từ đó ở mức tương tự. Chúng ta cần nghĩ cách sử dụng từ ngữ khi đưa ra lời đề nghị để đảm bảo gặp ít sự chống đối nhất.

Đừng nói hộ con: Một trong những dấu hiệu tiêu biểu của một phụ huynh đầu tư quá nhiều cho con cái đó là họ thường nói hộ con. Đôi khi cha mẹ biện hộ rằng, họ nghĩ con quá khiêm nhường, và không ai biết đến sự tồn tại của con. Đôi khi trẻ quá nhút nhát và muốn bạn vào cuộc. Nhưng nếu bạn làm điều đó khi chưa có sự chấp thuận của trẻ, trẻ có thể trở nên tức tối, giận dữ và cảm thấy như

chúng đang bị đối xử như những vật vô tri.

NHỮNG TỪ NÊN TRÁNH

Lười: Đây là từ thường được các bậc cha mẹ dùng để nói trẻ khi chúng không nỗ lực hết sức. Nó hàm ý đứa trẻ đã có một lựa chọn, và không có lý do nào để đứa trẻ không cố gắng. Nhưng điều thực sự xảy ra thường khác xa, và có thể có những lý do ngầm ẩn giấu. Và rất có thể đứa trẻ đã thất bại quá thường xuyên khiến chúng không còn muốn cố gắng nữa.

Nhưng: Thậm chí kể cả khi đưa ra lời khen ngợi, cha mẹ cũng thường chen thêm một từ “nhưng…” to tướng vào

trước khi đưa ra gợi ý làm sao để lần sau trẻ thậm chí có thể làm còn tốt hơn. Vấn đề là từ “nhưng” này có vai trò như một nút xóa, xóa hết cả câu khen ngợi trước đó - và khiến tất cả những gì trẻ nghe thấy chỉ là sự chỉ trích. Nếu bạn cần nói thêm điều gì với trẻ, hãy sử dụng lời khuyên của cô Jenny Foster là sử dụng từ “và” để nối hai ý. Ví dụ khi trẻ cho bạn xem một câu chuyện mà trẻ viết có nhiều lỗi chính tả, bạn có thể nói: “Đây đúng là một câu chuyện rất tuyệt, và nó sẽ còn hay hơn sau khi được soát chính tả”.

Nếu: Nói với con rằng nếu chúng làm bài tập, chúng sẽ có nhiều thời gian để chơi sau đó, khiến điều đó nghe như có vẻ không bao giờ xảy ra. Hãy thay thế từ

“nếu” bằng từ “khi nào” để trẻ thấy mối quan hệ rõ ràng giữa các lựa chọn và nỗ lực của trẻ - cũng như nhìn ra những hậu quả.

Đừng: Việc cha mẹ mở đầu câu chỉ dẫn cho trẻ bằng một từ mang nghĩa tiêu cực sẽ là một sự khởi đầu tệ hại. Bộ não lập tức sẽ tổng hợp lên một hình ảnh là trẻ không thể làm gì thay vì trẻ có thể làm gì. Hãy bắt đầu bằng một lời gợi ý tích cực về việc làm sao để thực hiện một công việc, để trẻ có thể ngay lập tức thấy mình đã thành công trong tâm tưởng.

Nói chuyện về việc học trong thời gian nghỉ ngơi: Giờ đây trường học như bị ám ảnh với các loại tiêu chuẩn tới mức,

trẻ không tránh khỏi phải liên tục làm các loại bài kiểm tra, thi cử. Đặc biệt khi trẻ lên cấp hai, cha mẹ nên để việc kiểm tra đánh giá học lực này cho nhà trường, còn nếu bạn vẫn cảm thấy cần trực tiếp hỏi han trẻ về chuyện thành tích học tập, hãy chọn một thời điểm yên tĩnh, thoải mái khi con không cảm thấy bị xấu hổ hay cảnh giác. Khi thời điểm đó xuất hiện, hãy hỏi con các câu hỏi thay vì đưa ra đánh giá về thành tích của con. Đừng tự giả định rằng trẻ nào cũng muốn đứng đầu lớp. Có những trẻ chỉ muốn đủ điểm để qua được môn học vốn không phải thế mạnh của chúng. Việc kỳ vọng trẻ phải giỏi toàn diện sẽ tạo ra quá nhiều áp lực - và trừ khi trẻ là một người cầu toàn, đa phần trẻ em chỉ mong muốn

người khác ghi nhận những thế mạnh chính của chúng.

Lưu ý giọng điệu: Không chỉ những từ ngữ ta dùng gây ảnh hưởng tới con cái, cả cách ta nói cũng quan trọng không kém. Một trong những giọng điệu gây tác động tiêu cực nhất là giọng giận dữ, vì nó không chỉ khiến trẻ cảm thấy mình là sự thất vọng của cha mẹ, mà còn khiến trẻ đánh mất niềm tin vào năng lực bản thân. Bạn nghĩ khi bạn khoanh tay trước ngực, thở dài, giậm chân và nghiến răng, thì thông điệp bạn đưa ra sẽ được trẻ cảm nhận thế nào? Kể cả khi bạn đang yêu cầu con làm điều gì đó mà đáng lẽ chúng đã phải hoàn thành, hoặc bạn đang nhắc lại điều đã nói với con, thì hãy nói theo cách bạn muốn được

nghe người khác nói với mình. Cũng giống như mọi mối quan hệ khác, điều chủ yếu là cách bạn nói, chứ không chỉ nội dung.

VÀ NHỮNG TỪ NÊN DÙNG

Chưa: Khi một đứa trẻ không thể làm việc gì đó, thường là do chúng không có cơ hội để học hay luyện tập cách làm. Hãy nói với trẻ học tập là một quá trình lâu dài, và rằng cuối cùng trẻ sẽ thành thạo việc đó, ví dụ như thay vì nói "Con không thuộc bảng cửu chương sáu" thì hãy nói "Con chưa thuộc bảng cửu chương sáu".

Học: Trong lớp học, các giáo viên sử dụng từ "làm" khoảng 98% thời gian, và

từ “học” chỉ chiếm 2% còn lại, mặc dù ở trường, hai từ “làm” và “học” chỉ chung một ý nghĩa. Tuy nhiên, từ “làm” lại nghe nặng nề và kém mời chào hơn, trong khi từ “học” nghe như một quá trình nối tiếp và có vẻ thú vị hơn. Ở nhà, thay vì nói “Con làm bài xong chưa?”, bạn hãy thử nói “Con đã học xong chưa?”. Hãy gieo cho con ý tưởng rằng, bộ não cũng giống như một cơ bắp, càng luyện tập và sử dụng nhiều thì càng trở nên mạnh hơn. Giải thích cho con cách bộ não được phát triển thông qua luyện tập và ôn luyện lại, và cách các tín hiệu điện tử kết nối các tế bào thần kinh não để tạo nên hệ thống thần kinh. Càng nhiều tế bào não được kết nối, hệ thần kinh càng mạnh, giúp tạo nên trí nhớ và kỹ năng.

ĐỪNG DÁN NHÃN CON CÁI

Thử nhớ lại thời thơ ấu của bạn, và cả những cái “nhãn” bạn bị người khác gắn vào. Tôi dám khẳng định rằng, cho dù chuyện đó đã qua lâu rồi, bạn vẫn thấy khó khăn trong việc xóa bỏ hoàn toàn những cái nhãn đã mang.

Những cái nhãn người lớn gắn cho trẻ - dù tốt hay xấu - cũng có thể gây ảnh hưởng sâu sắc tới nhận thức của trẻ về bản thân, đặc biệt là khi trẻ liên tục được nghe đi nghe lại điều đó từ bạn, hoặc từ mọi người xung quanh. Ví dụ thường thấy của các loại nhãn dán là “thông minh”, “khó tính”, “thể thao năng động”, “sáng tạo”, “xinh đẹp” và “nổi tiếng”.

Kể cả khi những cái nhãn ấy nghe như lời khen ngợi, chúng cũng gây nên những tác hại riêng. Chúng có thể đẩy con bạn vào một góc, tạo ra giới hạn không để trẻ lớn lên và trở thành người như chúng muốn. Nói tóm lại, những cái nhãn luôn nhắc cho một đứa trẻ phải nghĩ về bản thân thế nào. Việc dán nhãn đôi khi còn khiến trẻ quá tập trung vào một phẩm chất và làm mờ đi những phẩm chất khác.

Dán nhãn còn dẫn đến việc trẻ đẩy các vai trò còn lại cho anh chị em trong gia đình. Ví dụ, các nhà tâm lý học đã tìm ra rằng, trong các cặp song sinh nữ cùng trứng, một bé sẽ tự xác định bản thân là “người xinh đẹp” và chị song sinh của mình là “người thông minh”.

Một trong những lý do chủ yếu trẻ không đạt được hết tiềm năng là vì anh chị em chúng đã chiếm vị trí người thông minh” rồi. Điều này khiến trẻ tự nghĩ rằng, chúng sẽ không thể giỏi ở những điều anh chị chúng đã xuất sắc - và chúng đi tìm những lĩnh vực khác cho riêng mình, nhưng rất tiếc đó lại là những lĩnh vực không phù hợp với năng lực của trẻ.

CHỈ CHO CON THẤY CÓ RẤT NHIỀU LOẠI THÔNG MINH KHÁC NHAU

Chiều năm qua, chúng ta đã tin rằng chỉ có hai loại người: học giỏi và không học giỏi.

Việc hệ thống trường học ngày nay ngày càng chú trọng tới kiểm tra đánh giá, đồng nghĩa với trẻ em ngày nay cũng được đào tạo và được phân loại theo hai loại nói trên. Việc sử dụng các bài đánh giá chỉ số IQ ngày càng bị lạm dụng. Các bài kiểm tra thường được sử dụng để xác định một hệ thống định mức cơ sở. Ở một số trường học, thay vì dùng nó như công cụ hỗ trợ sự phát triển của trẻ, nó lại được dùng để phân loại kết quả học tập kém, và xếp loại cho trẻ vào

loại thành công hay thất bại.

Nhưng chỉ số thông minh chỉ đóng một góp phần nhỏ cho thành công cuộc đời. Ông David Perkin, nghiên cứu sinh về suy tưởng và kỹ năng lý luận tại trường Cao học Giáo dục Harvard, tại Cambridge, Massachusettes đã phát biểu: “IQ cao cũng có vai trò như chiều cao đối với cầu thủ bóng rổ. Nếu mọi thứ không có gì biến động thì nó rất quan trọng. Nhưng mọi thứ đều biến động. Để trở thành cầu thủ bóng rổ tốt cần nhiều thứ khác hơn là chỉ chiều cao, và để trở thành một người suy nghĩ giỏi cần nhiều thứ hơn là chỉ số IQ cao.”

Thành công trong đời dựa vào rất nhiều loại trí thông minh khác nhau. Theo như

nghiên cứu của Robert Sternberg và Howard Gardner thì các phương pháp truyền thống để đánh giá trí thông minh quá bó hẹp, và không xem xét được rất nhiều những kỹ năng khác được phát triển và phối hợp trong bộ não. Vì vậy, là cha mẹ, bạn hãy nói cho con biết có rất nhiều cách khác nhau để trở nên thông minh - và ghi nhận những điểm mạnh con có, cả những điểm có thể không được thể hiện qua các bài kiểm tra hay thi cử ở trường.

Những điểm mạnh này có thể bao gồm sự thông minh về giao tiếp ứng xử (khả năng đọc vị và hiểu người khác) và sự thông minh nội tâm (khả năng hiểu chính bản thân). Nếu con trai hoặc con gái bạn không đứng đầu lớp về những

môn học truyền thống, thì con sẽ cảm thấy được khuyến khích hơn nhiều khi hiểu rằng sự thành công và hạnh phúc tương lai của con phụ thuộc vào kết hợp các loại trí thông minh khác. Hãy chỉ cho con thấy bạn cũng rất trân trọng những những phẩm chất này. Hãy nói chuyện với con về những người bạn biết, những người tuy không học xuất sắc ở trường nhưng lại rất thành đạt trong cuộc đời - và cho con thấy sự quyết tâm cũng như sự bền chí sẽ đưa con tiến xa.

Đồng thời, bạn cần giúp con tìm được phương pháp học phù hợp, để khiến việc học trở nên vui thích và dễ dàng hơn - và khiến con học vì chúng yêu thích chứ không cảm thấy bị ép buộc. Có ba loại

phương pháp học chủ yếu là Hình ảnh - qua việc quan sát và đọc, Âm thanh - qua việc lắng nghe, và Vận động - học thông qua thực hành. Hãy hỏi giáo viên của con để tìm ra phương pháp nào thích hợp nhất với con để giúp việc học của con trở nên dễ dàng hơn.

TẦM QUAN TRỌNG CỦA CHƠI ĐÙA

Thử nhắm mắt hồi tưởng lại những kỷ niệm đẹp nhất thời thơ ấu của bạn - và những giây phút bạn cảm thấy vui sống và vô lo nhất. Đó có thể là lúc bạn ngồi trên cành cây cao và nhìn xuống thế giới, là khi bạn chạy nô đùa trên đồng cỏ hoặc dựng một cái lều trong rừng bằng các cành cây. Tôi cá rằng những giây phút đẹp nhất thời ấu thơ là khi bạn vui chơi thỏa thích ngoài trời, không có người lớn kè kè giám sát.

Đã có thời trẻ em được hưởng hai loại giáo dục. Một là khi trẻ ở trường, và một là khi trẻ hòa mình với thiên nhiên. Đó là những lúc chúng ta vui chơi ngoài trời, xa khỏi người lớn, và coi mình là

những người độc lập có thể tự đưa ra quyết định, tự chấp nhận những rủi ro và tự chăm sóc bản thân. Chúng ta đã học được sự cân bằng và tích lũy kiến thức thông qua việc học về khả năng của bản thân trong thế giới rộng lớn hơn.

Vậy mà giờ đây, chúng ta lại dồn áp lực lên con cái mình, chúng ta đang tước đoạt đi ở con những công cụ đã từng giúp ta mạnh mẽ và thành công trong cuộc đời. Những thế hệ trẻ em ngày xưa đã từng phải chịu đựng những cơn stress khủng khiếp hơn nhiều, như nạn đói hay chiến tranh, hay bị chia cắt khỏi cha mẹ. Còn ngày nay, trẻ em không phải chịu những mối nguy hiểm cực đoan như vậy, thay vào đó, thứ stress mà trẻ phải chịu lại liên tục và kéo dài hơn.

Điều mỉa mai ở đây là khi ta giữ trẻ bận rộn với bài tập về nhà, các ứng dụng học hành trên máy tính, và các hoạt động ngoại khóa, chính chúng ta đã tước của trẻ thời gian nghỉ ngơi cần có để trẻ có thể hấp thụ những gì đã được học. Kể cả khi ta để con ở nhà thay vì đi học ngoại khóa, chúng cũng chỉ ở yên trong nhà, đắm chìm vào những trò chơi điện tử - thứ càng khiến làm lượng aderenalin của trẻ tăng lên - trong khi điều trẻ cần là chạy nhảy vui đùa để triệt tiêu các hoóc môn stress.

Khi còn là trẻ con, chúng ta coi việc bị giam cầm trong phòng là hình phạt nặng nề nhất. Giờ đây, một đứa trẻ lại thích thú việc bị giam cầm trong phòng và coi đó là khoảng thời gian để chúng sử dụng

điện thoại, laptop và các loại thiết bị điện tử mà không bị quấy rầy. Ở châu Âu, tỷ lệ trẻ đang dần mất đi mối liên hệ với tự nhiên đã tăng lên chóng mặt. Trẻ ngày nay có thể kể tên các nhân vật trong trò chơi điện tử thành thạo hơn nói tên một loài chim. Tổ chức The National Trust ước tính rằng chỉ trong vòng một thế hệ, từ thập niên 70 tới hiện nay, diện tích khu vực bên ngoài nhà mà trẻ em được phép tự do chơi đùa đã giảm 90%.

Thuật ngữ “rối loạn do thiếu tiếp xúc với thiên nhiên” được đưa ra bởi tác giả Richard Louv. Ông cho rằng, việc con người ngừng tiếp xúc với thiên nhiên sẽ dẫn tới cái giá phải trả là “các giác quan yếu đi, khó tập trung, và tỷ lệ bệnh lý cùng các chứng bệnh cảm xúc tăng cao”.

Việc giữ con trong nhà cũng khiến trẻ nghĩ chúng không được cha mẹ tin tưởng. Nếu chúng ta không tin tưởng con cái, trẻ sẽ cảm thấy chúng không thể tin chính bản thân mình.

Khi trẻ em đang ngày càng dành ít thời gian vui chơi bên ngoài, thì số lượng trẻ em mắc các chứng rối loạn thần kinh ngày càng tăng cao. Đó chính là lý do ngày nay các bác sĩ bắt đầu kê đơn luyện tập thay cho đơn thuốc. Các trẻ vị thành niên nổi loạn giờ đây được gửi tới các khu trại hè trong rừng để các em tìm hiểu lại bản thân - điều mà trước đó các em chưa bao giờ có cơ hội tìm ra.

Trong cuốn sách *Under Pressure* (tạm dịch: *Dưới áp lực*) của Carl Honoré, đại

sứ cho phong trào Sống Chậm, đã chỉ ra rằng "trong con mắt người lớn, nhược điểm lớn nhất của việc để trẻ chơi đùa là họ cảm thấy điều đó khiến trẻ trông như có vẻ chểnh mảng học hành". Hay như giáo sư David Elkin nói, nếu cha mẹ thực sự nhận ra việc chơi đùa giúp thúc đẩy sự phát triển trí tuệ, thì hẳn họ sẽ vứt hết đám sách vở, cho gia sư nghỉ việc, và để con cái được mặc sức vui đùa.

Học và chơi thực ra không phải hai điều khác biệt. Các nghiên cứu chỉ ra rằng, có thể học tất cả những môn học hiệu quả hơn thông qua cuộc sống và kinh nghiệm hằng ngày thay vì học trong sách giáo khoa. Ví dụ như, trẻ sẽ có nhiều cơ hội thực sự hiểu rõ khoa học

nếu chúng dành thời gian hòa mình với thiên nhiên, để chúng có thể hiểu cách những khái niệm cơ bản như lực, thay đổi các dạng vật chất, hay quang hợp hoạt động ra sao trong thế giới thực.

Vào năm 2011, khi UNICEF hỏi ý kiến các em nhỏ về những yêu cầu để được hạnh phúc, các em đã trả lời đó là thời gian ở bên gia đình, bạn bè, và chơi đùa ngoài trời.

Trong cuốn sách Kith của mình, tác giả Jay Griffin xem xét cách xã hội hiện đại đang tước đi của trẻ thời gian, không gian để được làm một đứa trẻ cùng những hậu quả nghiêm trọng mà điều đó mang lại. Cô Griffin phát biểu: “Các

nghiên cứu đã chỉ ra rằng, việc để một đứa trẻ được tự ý vui chơi sẽ giúp ý thức tự do, tính độc lập và sức mạnh nội năng của trẻ phát triển vượt trội, và khi trẻ được hòa mình với thiên nhiên, trẻ không những sẽ ít gặp tình trạng stress, thậm chí nếu có rơi vào tình trạng stress, chúng cũng hồi phục dễ dàng hơn.”

Chơi đùa chính là hình thức giáo dục đầu tiên của loài người. Nhà triết học kiêm tâm lý học Karl Groos là một trong những nhà tư tưởng hiện đại đầu tiên đưa ra ý kiến rằng, chơi đùa là một cách giúp chuẩn bị sẵn sàng cho cuộc sống của trẻ sau này. Trong cuốn sách xuất bản năm 1898, ông đã chỉ ra rằng, khi động vật đùa giỡn với nhau, chúng thực ra đang luyện tập các kỹ năng sinh tồn.

Tất cả các con non của động vật có vú đều chơi đùa. Những điểm khác biệt trong các trò chơi của chó con, mèo con và khỉ con đã cho thấy chúng tập luyện những kỹ năng quan trọng nhất cho bản thân. Sơn dương con chơi đùa bằng cách chạy và tập tránh né, trong khi hổ con lại tập vồ và tập rình mồi. Như vậy, tước đi cơ hội chơi đùa, chúng ta đang lấy mấy cơ hội học những kỹ năng sống còn của con cái chúng ta.

Những núi bài kiểm tra và thi cử vốn không thể khiến cho con trẻ - vốn đã được rèn giũa nhiều thiên niên kỷ để trở thành những kẻ săn bắt hái lượm xuất sắc - rời xa được những nhu cầu cơ bản như được trèo cây, dựng lều cỏ và khám phá. Nhưng rồi tới giữa thế kỷ XX,

những người lớn - do lo sợ và không tin tưởng để trẻ được tự do chơi đùa - bắt đầu can thiệp việc chơi đùa của trẻ, biến các trò chơi thành những môn thể thao và các hoạt động ngoại khóa.

Càng ngày càng có nhiều giáo viên tin rằng, lý do gia tăng các vấn đề hành vi trong lớp học, cũng như sự tăng lên của nạn bắt nạt học đường, chính là do trẻ ngày càng ít cơ hội để tự tìm hiểu bản thân và học cách cư xử. Khi trẻ chơi đùa, chúng học được cách thỏa hiệp, cách tuân theo luật lệ, cách suy nghĩ sáng tạo và nhận biết hành vi nào là phù hợp và hành vi nào là không thể chấp nhận khi đối xử với bạn bè.

Vì vậy, các bậc phụ huynh, hãy lùi lại

một bước. Cho con trẻ được có thời gian rảnh đủ khiến chúng cảm thấy buồn chán và ra chơi ngoài trời. Thay vì vẽ ra lịch hoạt động dày đặc, cha mẹ hãy đơn giản luôn ở trạng thái “yên lặng sẵn sàng”. Nhà tâm lý học nhi đồng, tiến sĩ Pat Spungin gọi đó là “cách nuôi con nhẹ nhàng lơ đãng”, hay nói cách khác “Đừng can thiệp trừ khi con bắt đầu làm những việc rất quá quắt”.

CHỌN TRƯỜNG CHO CON

Điều trước tiên, xin hãy để cái tôi của bạn bên ngoài cửa lớp. Trường học của con không phải nơi để bạn khẳng định vị thế. Điều quan trọng nhất khi chọn lựa trường học là trường phải phù hợp với con.

Tôi đã từng chứng kiến những bậc phụ huynh sống chết đưa con vào những ngôi trường họ mong muốn, bởi vì điều đó sẽ giúp nâng cao vị thế của họ, cho họ quyền lên mặt với bạn bè. Nhưng nếu điều đó đồng nghĩa với việc bạn phải kèm con học để theo kịp chương trình, hoặc nhồi nhét con vào các lớp học thêm, thì rõ ràng đó không phải nơi phù hợp với con. Điều ngày không có nghĩa con là kẻ thất bại - chỉ đơn giản là không

phù hợp mà thôi.

Nếu bạn vẫn cứ tiếp tục ép con vào ngôi trường bạn muốn, hãy cẩn thận vì con sẽ không thể phát huy bản thân thật tốt - và sự thất bại sẽ sớm hiện rõ, trừ khi tại ngôi trường đó có một phương pháp dạy học thật sự tiên tiến và thận trọng. Khi một đứa trẻ mất đi sự tự tin ngay từ bậc tiểu học, sẽ tốn rất nhiều thời gian và sức lực để có thể xây dựng lại. Một nghiên cứu gần đây của Trường Kinh tế học London đã cho thấy trẻ em, đặc biệt là các bé trai, nếu bị xếp loại thấp ngay từ những năm đầu đi học, sự phát triển trong nhiều năm tiếp sau đó của chúng sẽ bị kiềm giữ.

Nếu bạn cho con đi học một trường tư,

đừng quá chú ý tới vị trí của trường trong bảng xếp hạng. Các nhà nghiên cứu cho rằng, đối với nhiều trẻ em, sẽ tốt hơn nếu được đi học ở một trường bình thường thay vì trường điểm, vì trẻ sẽ có thể học và đạt kết quả cao hơn.

Có thể tìm kiếm những trường cung cấp chương trình Chứng chỉ Trung học tổng quan GCSE. Ví dụ như, trong 5 năm vừa qua, các học sinh trường Wellington College đã được học năm đức tính tốt: sự dũng cảm, tính chính trực, sự tử tế, tính dám chịu trách nhiệm, và tôn trọng người khác. Và thật đáng vui mừng rằng kết quả học tập của học sinh đạt điểm tốt cũng tăng 67% lên 93%. Tất nhiên, đa phần chúng ta không thể chi trả để con học ở những trường tư đắt đỏ như vậy,

chúng ta vẫn có thể tìm kiếm những trường học khác cũng tuân theo nguyên tắc tương tự kể trên. Cần lưu ý rằng, các trường tư trong nỗ lực thu hút học sinh, sẽ đưa ra những lời hứa hẹn giúp trẻ phát triển toàn diện - ví dụ in hình một học sinh đang chơi đàn violin trong tờ quảng cáo trường, như một sự minh chứng cho những lời hứa hẹn của trường. Nhưng khi nói "toàn diện", thực ra nhiều trường có ý "bình quân". Bởi vì để trường học có thể giúp tạo ra một đứa trẻ phát triển toàn diện, những lời hứa đãi bôi trên các cuốn sách quảng cáo là không đủ, thực tế trường cần chú ý khai thác những phẩm chất tốt, những kĩ năng và tài năng của trẻ mà không thể đánh giá bằng những bài kiểm tra thông

thường.

Khi chọn trường cho con, hãy tìm kiếm trường có chương trình mục vụ tư vấn tốt. Nhưng bạn cần xem xét liệu chương trình mục vụ có chủ động và hữu ích để giúp trẻ học được những cách biểu hiện cảm xúc cần thiết để chuẩn bị cho cuộc sống? Hay đó lại là chương trình thụ động, chỉ cung cấp tư vấn trong trường hợp trẻ đã bị vấp ngã bởi sự cạnh tranh khốc liệt của môi trường trường học.

Bạn cũng cần tìm hiểu thái độ của trường khi trẻ gặp vấn đề. Liệu các giáo viên có tự nguyện giúp giảng giải thêm cho những học sinh yếu trong giờ nghỉ trưa hoặc kèm thêm sau giờ học? Hay họ chỉ đơn giản đẩy trách nhiệm về phía

cha mẹ, đưa trẻ vào danh sách đen, hoặc khuyên phụ huynh cho trẻ đi học phụ đạo - và sau cùng, nếu những việc này không có kết quả, họ bèn thông báo cho phụ huynh rằng đây không phải ngôi trường thích hợp cho trẻ.

Một dấu hiệu cho thấy một ngôi trường có thực sự quan tâm tới lợi ích của học sinh hay không, đó là có bao nhiêu trẻ được miễn đi học trong những đợt "thanh lọc học đường" - hay các đợt thi sát hạch học sinh toàn quốc nhằm xếp hạng trường học. Dù cho các trường có luôn tâm niệm câu thần chú "Chúng tôi chỉ làm những gì tốt cho học sinh". Sự thực là những trường này chỉ làm những gì tốt để giữ vị trí cao trong bảng xếp hạng. Cựu Hiệu trưởng Trường City of

London, ông David Levin, đã chỉ rõ: “Việc sử dụng học sinh để nhằm gia tăng danh tiếng và vị thế của trường trong bảng xếp hạng là một việc làm vô đạo đức.”

Bạn hãy tìm kiếm cho con một ngôi trường, nơi có những nguyên tắc hoạt động tương tự như các trường học tại Phần Lan: giáo viên chất lượng cao, nhiệt tình; giáo viên có quyền tự chủ cao trong lớp học; tập trung vào hợp tác thay vì cạnh tranh; quý trọng những phẩm chất ngoài học thuật; và quyết tâm của giáo viên để dạy học sinh không chỉ kiến thức cần học mà cả cách suy nghĩ.

Và trên hết, hãy xem xét Hiệu trưởng nhà trường. Đó chính là đầu mối của cả

trường học. Tìm hiểu xem triết lý giáo dục của họ là gì? Liệu họ có điều hành trường như một cơ sở kinh doanh, chú trọng vào kết quả đạt được? Liệu họ có cái nhìn cứng nhắc về năng lực của trẻ, và mong muốn học sinh làm phiền mình càng ít càng tốt - hay họ có kêu ca phàn nàn muốn mọi thứ theo cách của mình? Liệu trong quá khứ, với những đứa trẻ có vấn đề, thay vì việc giúp giải quyết vấn đề của trẻ, họ lại thường tìm cách chuyển trẻ đi trường khác? Họ có thực sự đánh giá cao việc dạy học tốt, và khuyến khích giáo viên giúp trẻ đạt tiềm năng? Liệu bạn có được phép liên hệ trực tiếp với giáo viên dạy con nếu bạn cảm thấy có bất cứ điều gì lo lắng - hay bạn luôn bị giữ khoảng cách trong việc

tiếp xúc giáo viên?

Khi nói chuyện với con về việc chọn trường, hãy tỏ sự trân trọng đối với mọi ngôi trường, không chỉ với những trường “chọn” và trường “điểm”, để tránh cho con tâm lý rằng nếu không tới được trường “chọn”, thì tới bất cứ trường nào khác cũng là “thứ cấp”. Nên nhớ sẽ luôn có một vài trường học phù hợp với con bạn, đừng chỉ chăm chăm vào một trường duy nhất với tâm lý “được ăn cả, ngã về không” - tránh tạo ra áp lực quá lớn lên trẻ.

Tương tự khi con bạn chuẩn bị bước vào đại học. Khi chọn trường, hãy cùng con tìm hiểu xem các chương trình học sẽ mang lại những gì cho con, thay vì chỉ

nhìn vào danh tiếng của trường. Ở Anh, có rất nhiều trường có các khóa đào tạo tương tự như Oxbridge, thật đáng buồn khi thậm chí các cử nhân tốt nghiệp các trường tốt như Durham, Bristol hay London vẫn cảm thấy như họ phải sống suốt đời với nỗi ám ảnh của người "bị trượt Oxbridge".

KẾT LUẬN

“Giáo dục không phải là để học các kiến thức thực tiễn, mà là để luyện tập cách suy nghĩ.”

Albert Einstein

“Mục tiêu chính của giáo dục trong các trường học là đào tạo ra những con người có năng lực tạo ra cái mới, không phải chỉ lặp lại những điều các thế hệ đi trước đã hoàn thành; đây sẽ là những con người sáng tạo, đột phá và là những nhà khám phá, những người không chấp nhận điều đã được đặt sẵn ra, dám chỉ trích và tìm sự xác nhận.”

Jean Piaget

“Nếu con bạn có tài năng trở thành người thợ làm bánh, đừng ép con phải trở thành bác sĩ.”

Tục ngữ Do Thái

Đích đến mong muốn của hành trình học tập đầy gian khổ chính là vào được một trường đại học hàng đầu. Để đạt được điều đó, hầu hết mỗi người trẻ đều phải cố gắng hết mực, thậm chí đánh đổi tuổi thơ của mình.

Vậy thì tại sao, sau bao nhiêu nỗ lực để vào được trường đại học, nhiều người trẻ vẫn cảm thấy khó hòa nhập? Liệu có phải ngẫu nhiên mà trường đại học càng danh giá càng khiến sinh viên cảm thấy khó thích nghi?

Nhà tâm lý học tích cực Shawn Achor, cựu tư vấn viên tại trường Đại học Havard, đã quan sát thấy rằng, ngay sau khi cơn phấn chấn vì giành được một vị trí tại trường đại học hàng đầu qua đi, sinh viên cảm thấy như rơi từ trên mây xuống đất. Mặc dù họ đã leo lên được vị trí cao nhất của đỉnh núi cạnh tranh, họ đã đánh bại mười nghìn người trẻ khác trên khắp thế giới, họ vẫn cảm thấy không được thỏa mãn. Thay vào đó, các tân sinh viên giờ đây nhận ra rằng, họ sẽ phải tập trung cho mục tiêu tiếp theo: cạnh tranh với những bạn đồng môn cũng xuất chúng không kém. Ông Achor tiết lộ con số kinh ngạc đã có tới khoảng 80% tân sinh viên mắc chứng trầm cảm.

Chúng ta có thể thấy rõ rằng đây không

phải con cái của những bậc cha mẹ bỏ lơ không quan tâm hay không kỳ vọng gì ở con cái. Ngược lại, cha mẹ họ là những người yêu thương và tận tụy hỗ trợ từng bước nhỏ nhất của con. Ở các trường đại học của Mỹ, các giáo vụ thường đặt biệt danh cho những sinh viên này là “các cậu ấm” - bởi vì họ được cha mẹ bao bọc quá mức nên rất mong manh dễ bị tổn thương - hoặc là “bánh nướng” - bởi họ chịu nhiều áp lực tới mức muốn cháy thành than. Nói cách khác, những sinh viên là sản phẩm của sự đầu tư quá đà của cha mẹ, nếu may mắn họ sẽ trở thành những mọt sách, nhưng rất khó để trở thành những lãnh đạo tương lai tài năng và mạnh mẽ.

Tình trạng cũng tương tự như vậy ở

Anh. Mặc dù đã lọt vào top đầu những sinh viên có học lực nổi bật, khoảng mười lăm tới hai mươi phần trăm sinh viên Đại học Cambridge vẫn phải tìm đến tư vấn trường học. Con số sinh viên của trường Đại học Oxford tìm đến hỗ trợ cũng ngày càng cao. Trong các trường đại học khắp nước, theo khảo sát của Hiệp hội Sinh viên quốc gia, cứ mười sinh viên thì có một người đã từng có ý nghĩ tự sát khi đang theo học tại trường đại học. Con số được cơ quan Thống kê quốc gia đưa ra là số lượng sinh viên tự sát đã tăng lên 50% từ năm 2007 tới năm 2011.

Cách đây một thế hệ, sinh viên vẫn tin rằng thế giới của họ sẽ tuân theo một quỹ đạo rõ ràng. Giờ đây, một thế hệ

người trẻ tốt nghiệp nhưng không tìm được việc làm phù hợp với ngành học. Trước đây, ý tưởng rằng một cử nhân làm việc không lương nghe có vẻ rất nực cười, thì bây giờ - mặc cho món nợ đại học đè nặng trên vai - nhiều cử nhân vẫn chấp nhận làm việc không lương.

Dù vậy, thành công học vấn và thành công vật chất vẫn thực sự là những điều duy nhất chúng ta hướng con cái tới. Không có gì ngạc nhiên khi con cái chúng ta trở nên kiệt quệ cả sức lực và tinh thần. Trong vòng mười năm sắp tới, số lượng trẻ em mắc các triệu chứng rối loạn tâm lý được dự báo sẽ tăng gấp đôi. Nhà tâm lý học Madeline Levine, người chuyên điều trị các bệnh nhân trẻ mắc chứng rối loạn hệ thống thần kinh, đã

chỉ ra nguy cơ “Một thế hệ trẻ em với các biểu hiện tương tự bị sang chấn tâm lý… chúng luôn bồn chồn lo lắng, và cố tự điều hòa bản thân bằng cách sử dụng rượu hoặc thuốc kích thích. Chúng mắc chứng khó ngủ và luôn ở trong trạng thái mệt mỏi lờ đờ. Có những đứa trẻ khác thì đơn giản thu mình lại trước thế giới bên ngoài.”

Quan điểm để trẻ được tự do phát triển theo nhịp độ riêng của bản thân thông qua việc chơi đùa và tự khám phá đã được chương trình truyền hình giáo dục “Blue Peter” xây dựng và đẩy mạnh nhưng chỉ tồn tại được một thời gian ngắn. Thay vào đó, những chương trình cạnh tranh so sánh bất tận được đưa ra, nhằm khiến trẻ em phải “cố gắng nhiều

hơn, làm tốt hơn", đã tạo ra một môi trường xã hội độc hại cho sự phát triển của trẻ.

Trẻ em bị cuốn vào cuộc đua không thấy đích, cạnh tranh với nhau trên mọi lĩnh vực khiến cho sự tự tin của trẻ trở nên rất dễ vỡ. Thế giới không còn là một nơi ấm áp và thân thiện để trẻ có thể lớn lên và tìm hiểu bản thân, thay vào đó, tuổi thơ của trẻ đang bị biến thành những cuộc chiến ganh đua trên mọi lĩnh vực.

Mặc cho những quyền lợi được hưởng, trẻ em tầng lớp trung lưu ngày nay đang phải chịu đựng sự khổ sở theo cách riêng, vì chúng luôn bị cha mẹ mong đợi phải thể hiện tốt. Trẻ không có lý do gì để bào chữa cho việc không đạt được

thành công. Rõ ràng trên lý thuyết, trẻ em tầng lớp trung lưu có điều kiện tốt hơn, nên khi mọi việc không thành công như mong muốn, trẻ cảm thấy chỉ có thể tự trách móc dằn vặt bản thân. Những đứa trẻ điều kiện kém hơn thì lại cảm thấy chúng như kẻ thua cuộc thậm chí trước khi bắt đầu cuộc đua. Kết quả một nghiên cứu của Quỹ Prince’s Trust Charity cho thấy, thật đáng buồn khi có tới 3/4 trong số hàng triệu người trẻ ở Anh không kiếm được việc sau khi tốt nghiệp, cảm thấy như họ “không còn lý do gì để sống”.

Nghiên cứu đã chỉ ra rằng, những người trưởng thành thường cảm thấy hài lòng về các thành tựu đạt được - cho tới khi họ chứng kiến người khác đạt được

thành tựu xuất sắc hơn mình. Họ sẽ cảm thấy chán nản. Nếu chính người trưởng thành cũng không thể nhìn nhận một cách hợp lý thành tựu của bản thân trong từng bối cảnh, thì điều này đối với trẻ em còn khó đến mức nào? Thậm chí cả khi thành công, trẻ cũng ngay lập tức nhận ra có những người còn đạt thành tích tốt hơn mình.

Tất nhiên, lỗi không nằm ở cha mẹ khi mà trật tự xã hội đã được sắp đặt theo cách thức đó. Cũng chẳng phải lỗi của giáo viên khi mà họ phải cố tuân theo nền giáo dục chuộng thành tích, nếu không họ cũng sẽ bị coi là thất bại trong nghề nghiệp. Tất cả mọi thứ trong thế giới này - từ người giàu nhất, người đẹp nhất, cho tới các trường học - đều được

sắp theo thứ tự, bảng xếp hạng “tốt nhất” và “tệ nhất”, mặc cho phương pháp sắp xếp là hoàn toàn tùy tiện và hời hợt. Đã có một thời, chúng ta sống trong những cộng đồng nhỏ, nơi chúng ta có thể trở thành “cá lớn trong ao nhỏ” - và số người ta phải cạnh tranh cũng rất giới hạn. Giờ đây, hầu hết chúng ta cảm thấy mình như cá nhỏ giữa đại dương.

Mặc dù chúng ta - những bậc phụ huynh - vẫn ngày ngày là nạn nhân của nền văn hóa cạnh tranh so sánh - chúng ta cho phép mình bị sự cạnh tranh nhấn chìm, và tiếp tục đẩy áp lực cạnh tranh lên đầu con cái. Thay vì chống lại nó, ta để sự thành công của con cái trở thành thước đo giá trị bản thân mình. Tất nhiên, cha mẹ cần đặt ra các tiêu chuẩn cho con cái,

nhưng đó nên là để khuyến khích nỗ lực và sự độc đáo của con, chứ không phải để theo đuổi thành tích. Tất nhiên, cha mẹ cần giúp con đạt hết tiềm năng, nhưng đó phải là tiềm năng gắn với tính cách và kỹ năng thiên bẩm của con. Trẻ em được sinh ra trên đời với những tính cách và khả năng riêng biệt mà ta cần khuyến khích phát triển - thật không hợp lý khi áp đặt một mục tiêu chung về nghề nghiệp, sự nghiệp cho tất cả trẻ. Cho dù con bạn có trở thành sinh viên Đại học Oxford, hay con bạn vào một trường dạy nghề, chúng ta đều phải đối xử với con bằng sự tôn trọng như nhau, bởi vì như nhà tâm lý học Levine đã nói: "Cả hai trường hợp trên đều không đảm

bảo chắc chắn thành công hoặc thất bại trong tương lai.”

Không cần đến áp lực do cha mẹ mang lại, trẻ em đã cảm thấy thế giới là một nơi không dễ dàng gì. Rõ ràng điều quan trọng nhất với một đứa trẻ là có được tinh thần vui vẻ, nhưng rất tiếc điều đó dường như lại bị lờ đi. Trong vài thập kỷ vừa qua, chúng ta đã đạt được nhiều bước tiến lớn lao trong việc bảo vệ quyền động vật, bình đẳng giới và bình đẳng sắc tộc. Nhưng mặc dù trẻ em ngày nay được bảo vệ pháp lý tốt hơn bao giờ hết, được an toàn trước những đe dọa thể chất, chúng lại trở nên dễ bị tổn thương hơn. Mối đe dọa đối với trẻ đã chuyển từ bên ngoài vào bên trong - mỗi ngôi nhà và mỗi lớp học - và phụ huynh,

giáo viên, và các nhà chính trị gia đã trở thành các cai ngục của trẻ một cách vô ý thức.

Những đứa trẻ đạt kết quả thi cử tốt dường như được coi là những người chiến thắng, mặc dù câu hỏi thực sự như nhà giáo dục học Ken Robinson đã đặt ra: “Không phải là bạn thông minh đến mức nào mà là bạn thông minh kiểu nào?” Cho dù chúng ta nỗ lực giúp con cái thông minh hơn, chúng ta lại quên không dạy con bài học “một người không bằng mười người”. Trong thời kỳ Cách mạng Công nghiệp Anh, lao động trẻ em đã từng được coi là một trong những công cụ tạo nên thành công. Giờ đây, trẻ em lại trở thành những người lính cho một cuộc chiến kinh tế toàn cầu

khác - nơi mà người ta không mảy may quan tâm tới cái giá mà trẻ em sẽ phải trả.

Làm trẻ em thời nay là một việc thật khó khăn. Một mặt, cha mẹ không ngừng nói với trẻ rằng chúng đặc biệt. Chúng ta lặp đi lặp lại thông điệp con cần phải độc đáo để dẫn đầu. Mặt khác, chúng ta lại đẩy trẻ vào hệ thống thi cử rập khuôn với mục đích trang bị cho con trước trận chiến cạnh tranh phía trước.

Trong bối cảnh này, lực lượng hai bên thật không tương quan. Con cái luôn nằm trong tay cha mẹ. Chúng không có tiếng nói. Cách duy nhất để chúng thể hiện sự bất bình là thông qua các hành động nổi loạn hoặc thái độ khổ sở. Tuy

nhiên, tương lai của chúng ta lại nằm ở thế hệ kế cận. Hơn bao giờ hết, sự thịnh vượng của trẻ là điều tối quan trọng, vì loài người đang phải đối mặt với nhiều thách thức như quá tải dân số hay biến đổi khí hậu, mà để đối đầu cần có sự hợp tác chứ không phải cạnh tranh. Hơn bao giờ hết, chúng ta cần nuôi dạy con cái dựa trên những nguyên tắc tốt đẹp hơn thay vì cạnh tranh lẫn nhau trong lớp học, cạnh tranh giữa các trường với nhau, hoặc cạnh tranh giữa các nước trên cùng một hành tinh Trái đất.

Nói tóm lại, chúng ta cần thận trọng với điều ta mong muốn. Làm cha mẹ, hãy đặt tiêu chí thành công là giúp con đạt được cân bằng tinh thần chứ không phải đạt được những chứng chỉ bằng cấp.

Hiện nay đã có một số thay đổi diễn ra. Trên khắp thế giới, các bậc phụ huynh và các nhà giáo dục đang tạo lập phương thức thay thế. Đó có thể là nuôi dạy con kiểu sống chậm hơn, nuôi dạy tối giản, nuôi dạy hòa với tự nhiên - hay thậm chí những kiểu nuôi dạy nghe thô lỗ hơn như "nuôi dạy kiểu hạ-chết-tiệt-nhiệt xuống". Ý thức rằng cha mẹ cần cưỡng lại việc điều khiển con cái quá mức đang dần được ghi nhận.

Hãy bắt đầu thay đổi từ chính bản thân bạn, từng chút từng chút một. Chúng ta phải dẹp sang một bên tư tưởng rằng con cái cần phải trở nên thế nào - và để trẻ được là chính bản thân chúng. Trên hết, chúng ta hãy biết quý trọng con vì chính con người của con - cho dù đó có thể

không phải là con người ta từng mong chúng trở thành.

Điều này chỉ thực hiện được với từng đứa trẻ một. Nhưng bạn hãy bắt đầu với chính gia đình mình, bằng cách tìm kiếm các trường học khác, bằng cách sắp xếp lại trật tự ưu tiên theo cách khác. Làm được như vậy, bạn sẽ dần thiết lập lại được sự cân bằng. Hơn thế nữa, bạn sẽ không chỉ thuần hóa được phần cha mẹ hổ bên trong, bạn còn giúp giải phóng con.

Đối với các con của tôi, Lily và Clio, tôi thực sự hạnh phúc mỗi khi con từ trường về nhà và tôi hỏi con "Con thế nào?". Tôi thực sự quan tâm xem con như thế nào, đó không còn là câu hỏi mật mã

cho “Hôm nay con được điểm mấy?” nữa. Trên hết, tôi hạnh phúc vì cuối cùng đã học được cách quý trọng con vì chính bản thân con - những cô bé vui vẻ, láu lỉnh, yêu thú nuôi, thích uống sô cô la nóng, thích đi giày thể thao và đi dạo trong công viên. Tôi để con tự quyết định tương lai con muốn trở thành người thế nào. Tôi không bắt con sống cuộc đời cho tôi. Tôi chỉ đứng bên cạnh con, và hy vọng con sống cuộc đời tốt đẹp nhất của riêng chúng.